



Université du Québec
à Rimouski

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À RIMOUSKI

**SURVIVRE À L'EXPÉRIENCE DU VIOL
ET DE MATERNITÉ PRÉCOCE**

Itinéraire de résilience

Mémoire présenté

dans le cadre du programme de maîtrise en étude des pratiques psychosociales

en vue de l'obtention du grade de maître ès arts

PAR

© Uwase Mariam

Novembre 2023

Composition du jury :

Diane Léger, présidente du jury, Université du Québec à Rimouski

Jeanne-Marie Rugira, directrice de recherche, Université du Québec à Rimouski

Lucille Mandin, examinatrice externe, University of Alberta, Campus St-Jean

Dépôt initial : 16 octobre 2023

Dépôt final : 27 novembre 2023

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À RIMOUSKI

Service de la bibliothèque

Avertissement

La diffusion de ce mémoire ou de cette thèse se fait dans le respect des droits de son auteur, qui a signé le formulaire « Autorisation de reproduire et de diffuser un rapport, un mémoire ou une thèse ». En signant ce formulaire, l'auteur concède à l'Université du Québec à Rimouski une licence non exclusive d'utilisation et de publication de la totalité ou d'une partie importante de son travail de recherche pour des fins pédagogiques et non commerciales. Plus précisément, l'auteur autorise l'Université du Québec à Rimouski à reproduire, diffuser, prêter, distribuer ou vendre des copies de son travail de recherche à des fins non commerciales sur quelque support que ce soit, y compris l'Internet. Cette licence et cette autorisation n'entraînent pas une renonciation de la part de l'auteur à ses droits moraux ni à ses droits de propriété intellectuelle. Sauf entente contraire, l'auteur conserve la liberté de diffuser et de commercialiser ou non ce travail dont il possède un exemplaire.

DÉDICACE

*À mes incomparables parents
Pour la vie donnée et protégée
Votre amour a été le pilier central de ma vie*

*À mon aînée, mon étoile du matin Amiella Mutoni Sana
La résiliente qui porte le nom et le souffle de mon père,
témoin de nos jours sombres et de nos matins victorieux*

*À ma puînée Ava Bernice Uwase Kagina
La visionnaire à l'intelligence vive et au cœur immense
Qui veille sur notre joie et notre courage*

*À ma cadette Oria Lana Irisa Kagina
L'aimante aux bras vastes et au cœur tendre
Qui fait de notre vie une source inépuisable d'amour*

REMERCIEMENTS

"L'art d'être reconnaissant est le secret du bonheur."

Joseph Joubert

Je tiens tout d'abord à exprimer ma profonde gratitude envers mon mari, qui s'est sacrifié de manière incroyable pour ma réussite. Il a non seulement assumé les frais de mes études, mais il a également pris soin de nos enfants pendant les moments où j'étais au Campus de Rimouski et à la bibliothèque. Son soutien inconditionnel a été la pierre angulaire de mon parcours.

Je tiens à reconnaître la famille d'Athanase Kagina et Marie Grace Ikirezi pour avoir été à l'origine de l'idée de poursuivre mes études à l'UQAR. Leur influence pour poursuivre mes études a été déterminante, et leur rôle dans mon intégration hors de mon pays natal a été d'une importance majeure. Je leur en suis reconnaissante.

Un remerciement spécial va à ma mère qui a généreusement pris soin de mes enfants lorsque je n'étais pas disponible pour assurer mes responsabilités de mère. Son soutien inestimable a été une lumière dans les moments les plus chargés.

Je suis très reconnaissante envers ma directrice de mémoire, Prof. Dr. Jeanne Marie Rugira pour tout son travail. Je lui remercie pour tout ce qu'elle a fait et qu'elle continue de faire pour moi. Elle est en même temps ma directrice, ma professeure, ma personne modèle, ma conseillère, ainsi que ma meilleure amie. Il est rare de rencontrer des personnes aussi douées, dévouées et dignes de confiance. Ces efforts ne peuvent pas passer inaperçus.

Je tiens également à remercier chaleureusement tous mes professeurs (Jeanne Marie Rugira, Jean-Philippe Gauthier, Clency Rennie, Diane Léger, Monyse Briand, et Danielle Boutet). Leur soutien constant, même lorsque j'ai traversé des problèmes

familiaux, a été d'une importance capitale. La directrice elle-même a accepté un rôle crucial dans cette aventure et je lui en suis extrêmement reconnaissante.

Monsieur Janvier Rudasingwa mérite une mention spéciale pour les encouragements inestimables qu'il m'a apportés tout au long de mon programme de Master en études psychosociales. Sa bienveillance a été une source d'inspiration constante.

Je suis profondément reconnaissante envers mes camarades de classe (Isabelle Tremblay, Diane Pintal, Laurence Laflamme, Sabourin, Shakti Ortega, Line Bélanger, Bénigne Aline Kanganji, Ito Laila Le François, Carine Dumez, Julie Berthiaume, Fred Boily, Simon Marier-Bouchard) qui m'ont soutenu à chaque étape. Leur esprit d'équipe a rendu ce parcours éducatif encore plus significatif. La gentillesse et la prévenance de Isabelle Tremblay ont été d'un grand réconfort. Je ne saurais oublier son assistance précieuse à chaque voyage que j'ai entrepris à Rimouski.

À mes frères et sœurs, Aimable, Aline, Carine, Sarah, Fred, Rightman et Karen, je suis reconnaissante pour leur soutien indéfectible tout au long de mon parcours éducatif.

Enfin, mes précieuses filles (Amiella, Ava et Oria) méritent une mention distinguée. Leur comportement exemplaire pendant mes absences et leur compréhension lorsque je devais voyager sont inestimables. Leur patience et leur amour m'ont motivée à donner le meilleur de moi-même.

En résumé, je souhaite exprimer ma gratitude envers chaque personne qui a contribué à ma réussite éducative. Votre soutien inlassable a été la clé de cette réalisation, et je suis impatiente de faire honneur à vos efforts en utilisant les connaissances que j'ai acquises pour créer un avenir meilleur.

RÉSUMÉ

Ce mémoire se concentre sur l'exploration des défis sociaux au Rwanda dans les années 2000, en se basant sur mon expérience personnelle en tant que survivante d'abus sexuel et de maternité précoce.

D'abord, cette étude aborde l'un des principaux défis sociétaux rwandais des années 2000. Je me suis servi de mon propre vécu pour examiner les défis et les enjeux qui ont émergé au sein de la société rwandaise pendant cette période. Les années 2000 ont été marquées par des transformations sociopolitiques et économiques profondes au Rwanda, et ces bouleversements ont entraîné des répercussions sur les individus, notamment les survivantes d'abus sexuel et de maternité précoce. L'étude met en lumière les facteurs sociaux et culturels qui ont contribué aux difficultés rencontrées par les femmes dans cette situation.

Ensuite, cette recherche explore des facteurs salutogènes pour la résilience. En me basant sur mon propre parcours de résilience en tant que survivante, j'identifie les facteurs positifs qui ont soutenu ma propre trajectoire, ainsi que celles d'autres mères adolescentes et de leur entourage. Cela inclut des éléments tels que le soutien social, l'accès à l'éducation, la santé mentale, et la possibilité de reconstruire une vie épanouissante malgré des circonstances difficiles. Cette section met en évidence comment la résilience peut être encouragée au sein de la communauté rwandaise.

Enfin, ce travail analyse des conditions personnelles, familiales et sociales pour la résilience. Il examine les conditions intrapersonnelles, familiales et sociales qui agissent comme une matrice de résilience. En me penchant sur mon propre parcours en tant que mère adolescente ayant survécu à un viol, cette section explore comment les caractéristiques individuelles, le soutien familial, ainsi que les politiques et services sociaux, interagissent pour favoriser la résilience. Les résultats de cette analyse fournissent des informations cruciales pour l'amélioration des programmes d'aide et des politiques publiques visant à soutenir les survivantes d'abus sexuel et de maternité précoce au Rwanda.

Mots-clés : Rwanda– Violences sexuelles - Maternité précoce – Survivante – Résilience - Facteurs salutogène - Soutien social

ABSTRACT

This thesis focuses on exploring the social challenges in Rwanda during the 2000s, based on my personal experience as a survivor of sexual abuse and early motherhood.

First, this study addresses one of the key societal challenges in Rwanda during the 2000s. I drew upon my own experiences to examine the challenges and issues that emerged within Rwandan society during this period. The 2000s were marked by profound socio-political and economic transformations in Rwanda, and these changes had repercussions on individuals, especially survivors of sexual abuse and early motherhood. The study highlights the social and cultural factors that contributed to the difficulties faced by women in these situations.

Next, this research explores salutogenic factors for resilience. Building on my own journey of resilience as a survivor, I identify positive factors that supported my own trajectory, as well as those of other teenage mothers and their support networks. This includes elements such as social support, access to education, mental health, and the opportunity to rebuild a fulfilling life despite challenging circumstances. This section underscores how resilience can be fostered within the Rwandan community.

Finally, this work analyzes personal, familial, and social conditions for resilience. It examines the intrapersonal, familial, and social conditions that act as a matrix for resilience. Delving into my own journey as a teenage mother who survived sexual assault, this section explores how individual characteristics, family support, as well as policies and social services interact to promote resilience. The findings of this analysis provide crucial insights for improving aid programs and public policies aimed at supporting survivors of sexual abuse and early motherhood in Rwanda.

Keywords: Rwanda - Sexual abuse - Early motherhood - Survivor - Resilience - Salutogenic factors - social support

TABLE DES MATIÈRES

| | |
|---|-----|
| REMERCIEMENTS | ix |
| RÉSUMÉ xii | |
| ABSTRACT..... | xiv |
| TABLE DES MATIÈRES | xvi |
| LISTE DES TABLEAUX | xix |
| LISTE DES FIGURES | xx |
| LISTE DES ABRÉVIATIONS, DES SIGLES ET DES ACRONYMES | xxi |
| INTRODUCTION GÉNÉRALE | 1 |
| CHAPITRE I..... | 3 |
| 1.1 INTRODUCTION..... | 3 |
| 1.2 À L'ORIGINE DE CETTE DÉMARCHE DE RECHERCHE ET DE FORMATION..... | 4 |
| 1.3 VIOL D'ADOLESCENTES ET MATERNITÉ PRÉCOCE – UNE QUESTION SOCIALE ET UN DÉFI SCIENTIFIQUE..... | 6 |
| 1.3.1 Sortir d'une pensée binaire : Libérer une communauté des préjugés sociétales | 6 |
| 1.3.2 La Culture du Viol..... | 9 |
| 1.3.3 Vers une communauté parlante..... | 10 |
| 1.4 PROBLÈME DE RECHERCHE | 13 |
| 1.5 QUESTIONS DE RECHERCHE | 14 |
| 1.6 OBJECTIFS DE RECHERCHE | 14 |
| CHAPITRE II | 15 |
| 2.1 INTRODUCTION..... | 15 |
| 2.2 LES RACINES DU MAL | 15 |
| 2.2.1 Le Patriarcat..... | 15 |
| 2.2.2 La culture du viol | 17 |
| 2.2.3 L'expérience du viol | 18 |
| 2.2.4 Les violences genrées basées sur l'honneur | 19 |
| 2.2.5 La maternité précoce | 20 |
| 2.2.6 Les conséquences de la maternité précoce sur la vie des femmes et de leurs enfants..... | 21 |
| 2.2.7 La monoparentalité..... | 22 |

| | | |
|---|---|----|
| 2.2.8 | La présence ou l'absence de support familial ou communautaire | 23 |
| 2.3 | LA RÉSILIENCE..... | 24 |
| 2.3.1 | La matrice de résilience | 27 |
| 2.4 | L'ACCOMPAGNEMENT..... | 28 |
| CHAPITRE III..... | | 32 |
| 3.1 | INTRODUCTION..... | 32 |
| 3.2 | LES ORIENTATIONS ÉPISTÉMOLOGIQUES | 33 |
| 3.2.1 | Paradigme compréhensif et interprétatif..... | 33 |
| 3.2.2 | Recherche qualitative de type exploratoire | 37 |
| 3.3 | DÉMARCHE HEURISTIQUE..... | 38 |
| 3.3.1 | La méthode heuristique | 39 |
| 3.3.2 | Une recherche heuristique d'inspiration autoethnographique..... | 44 |
| 3.4 | TERRAIN DE RECHERCHE..... | 44 |
| 3.5 | OUTILS DE PRODUCTION DES DONNÉES | 45 |
| 3.5.1 | Récits phénoménologiques : « Je me souviens »..... | 45 |
| 3.5.2 | Le journal de recherche..... | 46 |
| 3.6 | OUTILS D'INTERPRÉTATION DES DONNÉES | 46 |
| 3.6.1 | L'analyse en mode d'écriture | 47 |
| CHAPITRE IV | | 49 |
| 4.1. | NAITRE A NYAMIRAMBO AU MILIEU DES ANNÉES QUATRE-VINGT..... | 49 |
| 4.2. | STOPPÉE EN PLEIN ENVOL – UNE SCOLARITÉ EN DENTS DE SCIE | 50 |
| 4.3. | UNE ADOLESCENCE EMPÊCHÉE | 54 |
| 4.4. | MON PLUS GRAND CAUCHEMAR | 55 |
| 4.5. | LES RÉACTIONS DE MON ENTOURAGE | 60 |
| 4.5.1 | Quid du père du bébé ou plutôt du géniteur ? | 62 |
| 4.6. | LE SOUTIEN FAMILIAL DE MA PARENTALITÉ PRÉCOCE..... | 63 |
| 4.7. | APPRENDRE À ASSUMER NOTRE HISTOIRE | 63 |
| 4.7.1. | Faire face à l'inattendu !..... | 66 |
| 4.8. | MON CHEMIN DE RECONSTRUCTION | 68 |
| 4.8.1. | Du deuil et de l'exil – Un chemin initiatique | 71 |
| 4.8.2. | – Faire face aux services d'immigration canadienne..... | 73 |
| CHAPITRE V..... | | 76 |
| COMPRÉHENSION ET SYNTHÈSE CRÉATIVE..... | | 76 |

| | |
|--|-----------|
| 5.1 TRAVERSER UN EXIGEANT CHEMIN DE RÉSISTANCE ET DE RÉSILIENCE | 76 |
| 5.1.1 La nécessaire matrice de résilience..... | 78 |
| 5.2 LA NÉCESSAIRE MOTIVATION : UN PONT VERS LA RÉSILIENCE | 79 |
| 5.3 LA MATERNITÉ PRÉCOCE – UN RISQUE PSYCHOSOCIAL | 84 |
| 5.4 GRANDIR DANS L'INCERTITUDE | 86 |
| 5.5 DE LA RÉSISTANCE À LA RENAISSANCE..... | 91 |
| RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES..... | 97 |

LISTE DES TABLEAUX

| | |
|---|----|
| Tableau 1 : Comparatif des étapes de la méthode heuristique de Moustakas et de Craig | 62 |
|---|----|

LISTE DES FIGURES

| | |
|--|----|
| Figure 1 : Les trois temps et les différents actes au cœur de la pratique de l'époché selon Nathalie Depraz (2006) | 27 |
| Figure 2 : Interrelation et séquence de processus heuristiques | 30 |
| Figure 3 : Carte du Rwanda en 1994 | 38 |

LISTE DES ABRÉVIATIONS, DES SIGLES ET DES ACRONYMES

1. **IVG:** Interruption Volontaire de Grossesse
2. **ONU :** Organisation des Nations Unies
3. **OMS :** Organisation Mondiale de la Santé
4. **UNICEF:** United Nations International Children's Emergency Fund
5. **OIT:** Organisation Internationale du Travail
6. **UNFPA:** United Nations Population Fund
7. **FPR:** Front Patriotique Rwandais

INTRODUCTION GÉNÉRALE

Le parcours de la vie est souvent tracé par des moments cruciaux qui peuvent façonner notre identité et notre destin. Certains de ces moments sont lumineux, nous apportant joie et succès, tandis que d'autres sont sombres, nous confrontant à des épreuves et des défis inimaginables. Au cœur de ces épreuves se trouve la capacité humaine extraordinaire de résilience, qui nous permet de surmonter l'adversité et de reprendre le contrôle de nos vies, souvent de manière plus forte et plus résolue qu'auparavant.

Dans ce mémoire intitulé « Survivre à l'expérience du viol et de la maternité précoce : Itinéraire de résilience », nous plongeons au fond de l'expérience humaine, en explorant un sujet complexe et profondément personnel. Ce voyage nous mène à travers les méandres des défis inhérents à la survie après avoir fait face au viol et à la maternité précoce, en particulier dans le contexte social et culturel de mon pays, le Rwanda, dans les années 2000.

Question de recherche et objectifs

La question de recherche centrale de cette étude est la suivante : « En quoi et comment interroger mon expérience de survivante du viol et de maternité précoce peut-il me permettre d'identifier des conditions nécessaires pour offrir une matrice de résilience aux jeunes mères adolescentes ? »

À travers cette question, nous visons à atteindre plusieurs objectifs clés qui éclairent notre chemin vers une meilleure compréhension de la résilience des mères adolescentes dans des circonstances aussi éprouvantes. Nos objectifs sont :

- i. Identifier les défis sociétaux rwandais des années 2000 : à partir de mon propre vécu en tant que survivante d'abus sexuel et de maternité précoce, nous explorons les défis et enjeux qui ont émergé au sein de la société rwandaise de cette époque.

- ii. Explorer les facteurs salutogène pour la résilience : en tirant des enseignements de mon récit de vie et de ma pratique, nous mettons en lumière les facteurs positifs qui ont soutenu mon propre cheminement de résilience ainsi que celui d'autres mères adolescentes et de leur entourage.
- iii. Analyser les conditions personnelles, familiales et sociales pour la résilience : en examinant mon parcours de mère adolescente ayant survécu à un viol, nous cherchons à comprendre les conditions intrapersonnelles, familiales et sociales qui peuvent agir comme une matrice de résilience.

Le présent mémoire est structuré en cinq chapitres. Le premier chapitre présente les différents mouvements de problématisation avant de présenter le problème, la question et les objectifs de recherche. Le deuxième chapitre, quant à lui, présente l'univers conceptuel au cœur de cette recherche. Le troisième chapitre permet de comprendre les orientations épistémologiques et méthodologiques qui ont balisé cette investigation. Le chapitre quatre présente les données alors que le chapitre cinq procède à l'interprétation des données et il est suivi par une conclusion générale et une bibliographie. Cette recherche vise à offrir un éclairage holistique sur les mécanismes de résilience dans le contexte spécifique des mères adolescentes, tout en donnant une voix à mon propre voyage de survie et de guérison. À travers cette exploration approfondie, nous espérons contribuer à une meilleure compréhension des ressources nécessaires pour soutenir les jeunes mères dans leur chemin vers la résilience.

CHAPITRE I

OSER MARCHER UN CHEMIN DE SENS ET DE SANTÉ

1.1 INTRODUCTION

Ce chapitre inaugural a comme fonction de bien baliser l'objet de cette recherche, en préciser la genèse et en donner les contours. Je voudrais d'emblée donner à voir, la pertinence personnelle, professionnelle, sociale et scientifique de cette recherche, dans un souci d'argumenter son originalité et de préciser le problème ainsi que la question à laquelle elle tente de répondre tout en précisant les objectifs poursuivis.

En effet, cette recherche vise à interroger un parcours particulier de résilience, en l'occurrence le mien, comme femme ayant vécu une expérience d'abus sexuel à l'adolescence dans un contexte scolaire par une personne qui était en position d'autorité et ayant la responsabilité de m'éduquer, de me guider et de me protéger. Cette expérience m'a plongé très jeune dans une longue et complexe expérience de maternité précoce. Il faut souligner que la jeune adolescente que j'étais à l'époque tentait péniblement de se remettre des affres de la guerre dans un Rwanda encore plongé dans un chaos post-génocidaire.

Je voudrais grâce à cette recherche identifier les voies de résilience malgré les traumatismes vécus qui ont contribué à me permettre de surmonter mes multiples difficultés. Si mon histoire montre que la guérison a été possible pour moi, même dans les situations très chaotiques, c'est que c'est possible pour toutes les femmes piégées dans des expériences de viol ou de maternité précoce à condition de leur créer des conditions gagnantes. Ce sont ces conditions que je voudrais identifier à travers cette recherche qui permet de revisiter mon chemin de rétablissement et d'autodétermination, ma quête acharnée de sens, de cohérence et de santé. Cette démarche de formation et de recherche pourra également contribuer au renouvellement de ma pratique d'accompagnement.

1.2 À L'ORIGINE DE CETTE DÉMARCHE DE RECHERCHE ET DE FORMATION

Ma fille aînée devenant grande, j'ai deux autres filles encore toutes jeunes que j'ai eues plus tard, après avoir marché un chemin de réparation du traumatisme fondateur, autour duquel mon destin de femme s'est construit malgré moi. Il est temps pour moi de revenir sur mon expérience pour en tirer du sens, de la santé et de la cohérence. J'ai besoin de faire un bilan, de réfléchir sur ma vie et de partager les fruits de cette démarche réflexive à la fois formatrice, émancipatrice et soignante, pour moi et pour mes filles.

J'ai besoin, alors que j'arrive au mitan de la vie, de m'arrêter, de faire un bilan, d'évoquer pour moi-même des souvenirs qui me viennent de mon passé et qui ont organisé ma manière d'habiter ma vie, mes liens et le monde. Cette histoire de viol vécue à l'adolescence constitue certes un passé douloureux, mais aussi un événement organisateur de toute mon existence d'autant plus qu'elle m'a laissé en héritage un enfant que j'adore, que j'ai reçue comme un cadeau malgré la douleur, et une certitude que je suis capable de me reconstruire quel que soit l'adversité que je traverse. Je voulais y arriver, pour moi, pour ma fille, pour que la vie gagne.

Il me semble très important d'y revenir pour en prendre soin, pour identifier les conditions intrinsèques et extrinsèques qui m'ont permis de survivre à cette épreuve, de me réapproprier et d'approprier mon enfant et notre histoire tout en apprenant à me reconstruire et à m'engager auprès des autres mères adolescentes dans le besoin. Le retour sur mon histoire de vie va me permettre d'éclairer à partir de mon expérience personnelle et professionnelle les défis et les enjeux que vivent les adolescentes qui sont jetées précocement dans la maternité, suite aux violences à caractère sexuel, vécues parfois dans les institutions éducatives qui étaient censées les soutenir.

Il m'importe d'éclairer grâce à cette démarche de recherche les impacts du viol, sur la vie d'une adolescente, sur son enfant, mais aussi sur sa famille proche et élargie ainsi que sur les autres membres de sa communauté. Je tenterai également d'interroger l'expérience de la maternité précoce dans un tel contexte ainsi que les conditions nécessaires au soutien de ces jeunes mamans et de leurs enfants. Le retour sur cette

expérience me permettra également d'identifier les conditions qui ont supporté ma survivance et ma résilience.

Ce texte sera pour moi comme un lègue à mes enfants, mais plus spécialement à ma fille qui a le droit de bien comprendre la complexité et les subtilités de notre histoire. Cette démarche me permettra à la fois de me soigner, tout en prenant soin de ma fille et de notre lien, mais aussi de nous former toutes les deux, pour apprendre à faire de cette histoire douloureuse, un tremplin susceptible de nous propulser dans une vie plus saine, plus belle, plus solidaire, plus cohérente et plus satisfaisante.

J'aimerais que ma propre descendance ait une version plus ou moins complète de ce que fut la vie de leur mère. Je souhaite que mes filles puissent saisir les enjeux de mon époque ainsi que les conditions sociohistoriques et socioculturelles dans lesquelles ma vie a été marquée au fer rouge bien malgré moi. J'aimerais que mes descendants, ma famille, mes amis, et toutes mes connaissances voient ce mémoire comme une lettre d'amour, adressée au monde pour prendre soin de mon intégrité et de la dignité des autres mères adolescentes qui sont jugées, discriminées, marginalisées à long terme, car elles portent les stigmates d'être une fille-mère durant toutes leurs vies alors que pendant ce temps, les abuseurs eux, vivent leur vie en toute impunité et sans assumer aucune responsabilité face à leurs actes, leurs victimes et leurs enfants. Cette injustice est insoutenable pour moi comme pour plusieurs femmes dans ma situation.

Je pense particulièrement aux âmes vulnérables dont mon récit de vie pourrait cicatriser les blessures. Je suis convaincue qu'une telle démarche peut se révéler plus utile qu'une simple élucidation. Aujourd'hui, lorsque les soucis de mon quotidien m'atteignent au point de m'affaiblir et de me démoraliser, je me souviens que je suis forte, que je suis capable de rebondir, que j'en ai vu d'autres et que je suis capable de traverser des épreuves avec courage et dignité. Je me connais encore plus forte que la personne que j'étais à l'âge de quinze ans.

J'ai appris de l'expérience et du courage de cette adolescente enceinte, honteuse et coupable, bien qu'innocente, que j'ai déjà été. J'ai appris d'elles que je peux me faire confiance, me dépasser et rebondir après avoir été terrassée, jugée, marginalisée pour des fautes qui ne sont pas miennes.

Je puise donc la force de résilience dans les épreuves et combats antérieurs, comme dans l'amour de ma fille, de ma famille et de ma propre vie. Je n'ai pas l'intention de faire de cet espace, une occasion de m'apitoyer sur mon sort à cause de mon passé pénible, ou encore à cause de celui qui m'a volé ma virginité, mon enfance et les plus purs rêves de ma jeunesse. Je vais faire de cet espace-temps une occasion de me former et de récolter les fruits de mon chemin de courage, de dignité et d'espérance.

Je m'engage dans cet espace d'écriture avec l'espoir d'aller, les yeux ouverts, à la rencontre de mes forces, de mes faiblesses, de mes dons et des acquis de mon chemin de résilience. Je réponds donc à cette interpellation de Socrate : « Connais-toi toi-même, et tu connaîtras l'univers et les dieux ». Je trouve que ça vaut la peine d'entreprendre cette démarche afin de prendre un certain recul sur ce que l'on considère comme une image de soi. Je pense que ça me permettra entre autres d'être plus indulgente envers les autres et plus pertinente dans mes actions auprès des autres femmes aux prises avec les mêmes défis et enjeux.

1.3 VIOL D'ADOLESCENTES ET MATERNITÉ PRÉCOCE – UNE QUESTION SOCIALE ET UN DÉFI SCIENTIFIQUE

L'agression sexuelle, la maternité précoce et les différentes expériences exigeantes qui s'en sont suivies ont complètement chamboulé la vision que j'avais de moi-même, de l'expérience d'être une femme, de la relation avec mes proches et des rapports sociaux que j'entretenais avec les différentes personnes dans ma famille comme dans ma communauté.

1.3.1 Sortir d'une pensée binaire : Libérer une communauté des préjugés sociétaux

Cette étude cherche à réparer ou plutôt à régler ce qui apparaît comme une vision totalement erronée des choses à travers une pensée populaire dans laquelle j'ai été socialisée qui me semble aujourd'hui extrêmement binaire. « La logique aristotélicienne est binaire, comme vous le savez, ou l'affirmation est A ou l'affirmation

est non-A, mais pas à la fois A et non-A. C'est une logique exclusive ou le tiers est précisément exclu ! » Hilaire Giron (2021, p. 01).

Les gens ont du mal à exercer leurs droits pour vivre comme bon leur semble à cause d'une société habitée par la pensée binaire. À l'adolescence, j'évoluais au sein d'une société qui d'un côté, voulait avoir en son sein que des mères qui sont idéalement des femmes mariées, et de l'autre côté, des jeunes filles qui devront un jour être mariées à leur tour pour pouvoir être des mères respectables et acceptées par la société. Entre ces deux catégories de femmes, il ne pouvait y avoir aucune autre catégorie légitime. Soit, vous êtes une mère parce que vous êtes une femme mariée, soit vous n'êtes rien, et si vous avez un enfant sans être mariée, vous ne devriez pas vous considérer comme une femme, car vous faites honte à vos parents, à votre famille, votre communauté et à la société entière. Vous êtes une femme facile, une femme dépravée, une femme légère aux mœurs non recommandables. Vous avez perdu votre dignité et vous avez déshonoré vos parents, votre famille et vous ne pouvez rien faire pour revenir en arrière.

Dans cette société qui ma vue naître et grandir, il n'y avait aucune place pour envisager qu'on pouvait être mère sans l'avoir demandé, sans être coupable, immorale, et vicieuse. Avec du recul, je réalise aujourd'hui à quel point c'est grave et immoral de condamner un enfant victime de violences à caractère sexuel, plutôt que de le protéger et de blâmer les adultes responsables de ces violences qui n'assument aucunement leurs responsabilités.

Quelles que soient les aspirations d'une société ou les valeurs qu'elles considèrent comme justes, on devrait se demander où est le respect des droits de la personne humaine dans un tel contexte. Une chose est certaine, évoquer les droits de la personne, dans un monde patriarcal qui hiérarchise à sa guise les vies humaines, est une grande naïveté.

En effet, quand le patriarcat nous tient, il semble être l'unique barème qui dicte ce qui est acceptable ou non, pour une vie de femme au sein de la société. Comme le rappelle assez justement Savy (2013, p.3) « Le patriarcat multiséculaire et universel règne encore sur la planète. Il résiste avec une telle force que ses reculs ne sont jusqu'à présent jamais irréversibles, mais il ne jouit plus de l'invisibilité qui a été sa plus grande

protection jusqu'ici». La même auteure précise par ailleurs que le patriarcat est caractérisé par la violence qui prend diverses formes au sein de la société :

« La violence contre les femmes en est la pire conséquence. Elle prend des formes variées, mais elle est partout : du viol comme arme de guerre au Congo et dans d'autres pays en guerre, aux violeurs de la place Tahrir et des autobus indiens ; dans les pays du nord également - et pas seulement la nuit dans la rue, ni chez les alcooliques ou les plus pauvres. La famille est le lieu le plus dangereux pour de trop nombreuses femmes, battues ou assassinées par leurs conjoints ou ex-conjoints, et cela jusque dans les milieux sociaux les plus favorisés et les plus éduqués ».

Nicole Savy, (2013, p. 6)

Il y a des sociétés qui banalisent « le viol », au point de ne plus pouvoir comprendre les horreurs que les victimes subissent, mais surtout les conséquences qu'elles traînent toute une vie durant. Par conséquent, elles finissent par rendre ces mêmes victimes coupables des faits dont elles sont plutôt les victimes comme l'a bien dit Amer El Gendy, 2016 (p. 1) : « L'innocent dans la ville du péché est coupable ».

En effet, au Rwanda comme dans beaucoup d'autres pays, il fut un temps où se marier en pleine adolescence était une chose ordinaire, voire souhaitable. Avec le temps, les jeunes filles ont acquis certains droits, mais la famille continuait d'exercer un certain pouvoir sur elles dans leurs vies personnelles et familiales. Il n'y a pas si longtemps, on entendait des histoires de jeunes filles que l'on mariait sans leur consentement et parfois en très bas âges, et peut-être même que cela existe encore. La plupart de ces pauvres femmes ne connaîtront, leur vie durant, que des situations de viol conjugal.

C'est ainsi que lorsqu'une jeune fille tombait enceinte sans être mariée, quelles que soient les circonstances, elle devenait automatiquement la risée de toute la communauté autour d'elle, même au sein de sa propre famille. Ainsi, les gens pouvaient dire : « Cette fille a été mal éduquée ! » « Comment peut-elle avoir des enfants en étant si jeune et sans être mariée ? » « C'est une honte pour sa pauvre famille ! »

Aujourd'hui, on peut dire que la situation évolue légèrement, mais il est très tôt pour affirmer que nos sociétés sont prêtes pour comprendre qu'une fille a des droits sur

sa propre vie et son propre corps. Les femmes et les jeunes filles sont encore trop nombreuses à être victimes de violences basées sur le genre.

1.3.2 La Culture du Viol

C'est dans ce contexte que j'ai eu l'idée de mener cette étude en vue de pouvoir apporter ma contribution à l'effort collectif que portent à bout de bras, et ce depuis si longtemps, les femmes du monde entier qui tentent à leur corps défendant de corriger d'innombrables attitudes répugnantes au sein de nos sociétés qui doivent impérativement changer par rapport aux violences sexuelles que les femmes et leurs filles subissent au quotidien. Aujourd'hui, de nombreuses sociétés ont toujours un regard simpliste par rapport aux violences sexuelles faites aux femmes, mais il convient de préciser que l'agresseur ne viole pas seulement l'intégrité physique de la victime, il viole aussi son intimité, sa psyché et toute la personne entière en pâtit comme le confirme Sylvie Le Bihan (2017, p.216) : « Un viol n'est pas qu'une intrusion corporelle, c'est une invasion totale ».

Depuis toujours la société a tendance à négliger l'ampleur des conséquences de violences sexuelles faites aux femmes. Elle veut atténuer leur impact au lieu de chercher comment les éradiquer comme le confirme le rapport de recherche de l'association *Mémoire traumatique et Victimologie* (2015, p.7).

« Ce type de violence est resté longtemps sous-estimé malgré son ampleur. Le déni a fonctionné de manière efficace jusqu'à ces toutes dernières années. Les violences faites aux femmes constituent pourtant une véritable pandémie qui concerne toutes les sociétés, toutes les cultures, toutes les couches sociales. Elles se reproduisent d'une génération à l'autre et constituent une part importante de la violence sociale. Elles ne doivent pas seulement être abordées sous un aspect social, légal, voire anthropologique, mais doivent également être considérées comme un fléau de santé publique ».

Un des effets de la culture du viol qui est toujours présent et qui à nos jours a atteint son paroxysme, c'est cette tendance qu'ont les violeurs comme les membres de la famille des victimes de vouloir se débarrasser le plus tôt possible d'une éventuelle grossesse issue de cette agression. En effet, c'est comme si l'agression elle-même était quelque chose d'anodin. Si la grossesse apparaît comme la seule préoccupation aux

yeux de la société, cela montre à quel point la culture du viol s'est enracinée dans nos imaginaires. Faisons disparaître au plus vite le signe du viol et faisons comme si rien ne s'était passé. Dans cette manière abominable de considérer la question du viol, ce sont les femmes et les enfants qui payent le prix cher.

La destructivité haineuse du viol a alors réussi à retourner l'espace de protection et de lien affectif familial puissant en son contraire, quand père et mère sont d'accord pour tuer leur enfant « pour l'honneur ». Cet extrême de l'injustice tragique, qui dans certains cas cumule à la fois un sommet d'innocence pensable du côté de la victime (par exemple une très jeune fille de treize ans), la plus grande dissymétrie en termes de rapports de force à l'avantage du violeur (miliciens en groupes, armés, adultes) et le confort culturel d'impunité maximale pour les auteurs des faits (la victime sera considérée comme coupable d'emblée, même aux yeux « des siens » censés la protéger), est aussi sans doute un des plus inscrits historiquement dans l'histoire politique et démographique du monde. (Véronique Nahoum-Grappe, 2019, p. 167)

1.3.3 Vers une communauté parlante

Si le crime est grave, les mots pour le dire ne sont pas faciles à trouver.

Yves-Hiram Haesevoets

Dans son mémoire de maîtrise, Jean-Philippe Gauthier (2007, p.24) rappelle fort justement que : « La première constance qui apparaît lorsque l'on s'intéresse à la question des abus sexuels est la notion du secret, indispensable à la stratégie de celui qui abuse ». Pour les mineurs abusés sexuellement, les conditions pour grandir sainement sont loin d'être remplies. En effet, comme le propose le même auteur :

Dans ces circonstances, l'enfant n'est pas habilité à partager son expérience pour de multiples raisons : peur de ne pas être entendu, peur des réactions chez les proches, peur des menaces de l'agresseur ou même des conséquences néfastes sur celui-ci, car dans la plupart des cas, les enfants sont abusés par leurs proches. (Gauthier, 2007, p.24)

L'association québécoise « *Mémoire Traumatique et Victimologie* », a été créée au Québec en 2009 conformément à la loi de 1901, comme on peut le lire sur son site web. Cette association d'intérêt général a pour mission d'offrir de la formation aux

professionnelles, à rendre disponible de l'information pour le grand public et de contribuer à la recherche sur les **conséquences psychotraumatiques des violences à caractère sexuelles**. *Mémoire traumatique et Victimologie* vise l'amélioration des processus d'identification, de protection et de prise en charge des victimes de violences genrées.

Cette association lutte également pour que les victimes puissent avoir accès à des soins spécialisés de qualité et puissent mieux connaître et mieux comprendre les conséquences des violences vécues dans le but de mieux se soigner et se protéger. Comme on peut le lire dans le dérangeant rapport de recherche de l'association *Mémoire traumatique et Victimologie* publié en mars 2015 (p.173).

Ces grossesses consécutives à des viols concernaient des mineures dans au moins 21 % des cas. Les victimes mineures étaient âgées de 9 à 17 ans au moment de la grossesse avec une moyenne d'âge de 15 ans. Seule l'une d'entre elles, âgée de 15 ans au moment des faits, a mené la grossesse à terme. Dans plus de deux tiers (68 %) des cas, les victimes n'ont pas pu parler du viol lorsqu'elles ont effectué une demande de contraception d'urgence ou d'IVG, et parmi celles qui étaient mineures, 78 % n'ont pas pu en parler.

On voit encore une fois grâce à cette recherche combien la libération de la parole des victimes des violences sexuelles n'est toujours pas une chose facile. Pourtant, ça fait partie du processus de guérison auquel toutes les victimes aspirent pour prendre en main leur destin. C'est pour cela que dans le cadre de cette recherche, il me fallait avoir l'audace de prendre parole, moi-même, sur mon expérience singulière, par moi et pour moi en vue de me former, de me soigner avec mes filles et toutes mes sœurs.

Comme le rappellent Sommer et al., 1993, devenir mère, à la suite du viol est une expérience traumatisante et handicapante qui multiplie sensiblement les facteurs de risques des mères adolescentes.

« L'ensemble des facteurs de risque qui les prédisposent explique donc que les adolescentes qui deviennent mères sont moins préparées pour faire face au rôle de parent, comparativement aux femmes adultes. De plus, les caractéristiques qui augmentent le risque de grossesse à l'adolescence ne disparaissent pas à la venue de l'enfant et, pour bien des jeunes mères, celles-ci s'alourdissent au contraire par l'ajout des défis et de responsabilités en lien avec la parentalité. » Sommer et al. (1993) cité par Amélie St-Germain, 2014 (p. 22).

Dans cette aventure d'apprentie chercheuse en étude de pratiques psychosociales où je suis engagée, je ne cesse de découvrir à quel point je souhaite pouvoir contribuer à la libération de la parole de la victime que je suis pour aboutir à des changements réels.

En effet, je souhaite ainsi me former en vue de pouvoir aider les victimes à briser les chaînes qui empêchent les jeunes femmes plongées dans une expérience de maternité précoce, qui sont souvent seules, appauvries et marginalisées, de vivre une vie saine. Je désire aussi participer aux efforts pour combattre ce fléau qui gangrène nos sociétés, handicape la vie des femmes et de leurs enfants, déstabilise leurs familles et leurs communautés. C'est seulement à cette condition que je pourrai avoir le sentiment d'avoir contribué à faire avancer le champ de recherche où je suis inscrite.

En effet, même si nous ne sommes plus à une époque où les parents s'en prennent à un enfant qui ose dénoncer les attouchements de la part d'un membre proche de la famille, la culture du silence persiste. Il est de mon ressort en tant que future praticienne psychosociale, de travailler à briser ce mutisme pour la santé de nos enfants, de nos communautés et de nos sociétés.

D'après Gauthier (2007), les situations d'abus sexuel produisent de la honte pour les victimes et leurs familles. La victime est ainsi perçue comme une honte, un déshonneur pour sa famille, ce qui fait qu'on a tendance à cacher ces situations.

Même si des signes de l'abus ou encore du mal-être peuvent transparaître dans la personnalité de l'enfant, la parole, elle, doit ne pas faillir, elle doit convaincre du contraire. Les mots doivent toujours éviter et contourner une zone « désaffectée ». Toute une partie de l'être à terre, est à camoufler, à taire. La vérité, ainsi dissimulée, réduit considérablement les chances d'apporter une aide pertinente à l'enfant esseulé au cœur de son malheur. Le chemin de construction de son identité est ainsi détourné. Le devenir de l'enfant, son inscription dans sa famille et dans sa communauté sont alors compromis. Un phénomène d'éloignement de soi sera désormais au centre de sa construction identitaire. (Gauthier, 2007, p. 25)

1.4 PROBLÈME DE RECHERCHE

Le secret est la base fondamentale de l'installation de l'abus.

Yves-Hiram Haesevoets

De nos jours, de nombreuses jeunes filles continuent d'être humiliées et marginalisées. Elles sont parfois maltraitées même au sein de leurs familles et de leurs communautés, juste parce qu'elles ont eu le « malheur » de subir des agressions sexuelles et d'avoir un enfant dit : « illégitime ». Que dire alors si, au vingt et unième siècle, nos sociétés ne sont toujours pas au courant que la vie des jeunes filles compte autant que celle de tout autre être humain sur la terre ? Eh bien, dans le cadre de cette recherche, il me semble évident que ma première responsabilité est d'oser ma propre parole si je veux que les choses changent.

Il ne s'agit pas de prendre la parole sur mon expérience juste pour raconter ma vie, il s'agit d'oser sortir de la honte, de combattre la culture du secret, tout comme la culture de l'honneur qui isole les femmes et participe à les désocialiser, à les isoler et menace leur santé, leur bien-être et celui de leurs enfants.

La question de la violence sexuelle mérite, elle aussi, d'être abordée bien que souvent les victimes fassent face aux nombreuses contraintes qui les empêchent de témoigner des horreurs qu'elles ont traversées. La honte et le silence entourent souvent les violences sexuelles, créant ainsi un tabou qui empêche les victimes de parler. Les femmes et les jeunes filles sont souvent découragées de partager leurs expériences, ce qui maintient la violence sexuelle cachée et perpétue son impact destructeur.

Il semble, d'après nos données, qu'elle (la violence sexuelle) soit plus présente que la violence physique. En effet, la violence sexuelle semble plus taboue qu'une autre forme de violence et peu de jeunes mères abordent ce sujet d'emblée. (Lévesque, 2015, p. 140)

Il en est de même pour la question du silence lié aux crimes dits d'honneur dont les jeunes filles et les femmes sont victimes pour préserver prétendument l'honneur familial. À juste titre, Geadah (2013) estime qu'en matière de crimes d'honneur :

[...] la stratégie d'évitement dictée par la peur de la stigmatisation n'est pas une option valable. Il faut situer les crimes d'honneur dans le cadre plus large des violences exercées à l'encontre des femmes, sans pour autant nier leurs particularités. L'ignorance des réalités entourant ce type de violence ne permet pas de protéger les victimes. » (Yolande Geadah, 2013, p. 3)

1.5 QUESTIONS DE RECHERCHE

En quoi et comment interroger mon expérience de survivante du viol, de maternité précoce et d'accompagnement des mères adolescentes peut me permettre d'identifier des conditions nécessaires pour offrir une matrice de résilience aux jeunes mères adolescentes ?

1.6 OBJECTIFS DE RECHERCHE

Cette recherche a comme objectifs :

- **Identifier** à partir de mon expérience de survivante d'abus sexuel et de maternité précoce, les principaux défis et enjeux rencontrés au sein de la société rwandaise des années 2000
- **Expliciter** à partir de mon récit de vie et de pratique, les facteurs salutogènes susceptibles de soutenir un chemin de résilience pour les mères adolescentes et leur entourage
- **Comprendre** à partir de mon propre parcours de mère adolescente victime du viol, les conditions personnelles, familiales et sociales qui peuvent constituer une matrice de résilience pour les mères adolescentes victimes de viol.

CHAPITRE II

UNIVERS THÉORIQUE ET CONCEPTUEL

2.1 INTRODUCTION

Le présent chapitre a comme fonction de m'aider à clarifier les concepts clés sur lesquels je m'appuie pour aborder mon sujet de recherche. Il permettra ainsi aux lecteurs de savoir dans quels univers théoriques je navigue pour interroger et interpréter mes données. Cela en vue de répondre aux questions que me posent ma démarche de recherche, ma quête de sens et de cohérence ainsi que mon chemin de guérison et de connaissance.

2.2 LES RACINES DU MAL

L'univers conceptuel de cette étude examine les liens entre le patriarcat, les violences à caractère sexuel, la maternité précoce, la résilience et l'accompagnement. Le patriarcat est présenté comme un système qui constitue non seulement un socle, mais aussi une matrice et un facteur de risque important dans la survenue du viol et de la maternité précoce. La résilience est étudiée comme une réponse à ces expériences traumatisantes, et l'accompagnement est proposé comme une stratégie de soutien pour faciliter la guérison et la reconstruction de la vie des mères adolescentes, victimes de violences à caractère sexuel, et également des violences basées sur l'honneur. Deux phénomènes qui sont fréquents dans les sociétés patriarcales.

2.2.1 Le Patriarcat

Le patriarcat est une forme de domination masculine qui traverse les sociétés et les cultures, et qui joue un rôle crucial dans l'expérience du viol et de la maternité précoce. En effet, les normes sociales qui valorisent la virilité, l'agressivité et le contrôle sur les femmes peuvent conduire à des comportements violents et coercitifs

envers les femmes et les filles. Dans ce contexte, les femmes et les filles sont souvent victimes de violences sexuelles qui peuvent entraîner une grossesse non désirée et une maternité précoce.

La chercheuse afroféministe Chimamanda Ngozi Adichie (2014) souligne l'importance de comprendre le rôle du patriarcat dans l'expérience des femmes et des filles victimes de violences sexuelles dans son discours intitulé « *We Should All Be Feminists* » :

Le problème avec le genre, c'est qu'il prescrit comment nous devrions être plutôt que de reconnaître qui nous sommes vraiment. (...) Nous avons érigé la masculinité en idéal culturel. (...) Les hommes ont été élevés pour être forts et pour ne pas montrer leurs faiblesses. Les femmes ont été élevées pour être faibles et dociles. Les femmes ont été élevées pour être des épouses et des mères. Nous avons internalisé ces messages. Nous devons élever nos filles différemment. Nous devons leur apprendre à poursuivre leurs rêves et à ne pas avoir peur de parler de leur vérité (Adichie, 2014, p. 10-11).

De même, l'écrivaine Bell Hooks (2004) souligne que le patriarcat est un système qui opprime les femmes et les filles en les considérant comme inférieures aux hommes, dans son livre : « *The Will to Change : Men, Masculinity, and Love* », Hooks avance que :

Le patriarcat est un système politique et culturel qui a pour objectif de maintenir la domination masculine en empêchant les femmes d'avoir un pouvoir égal à celui des hommes. Le patriarcat se manifeste dans tous les aspects de la vie sociale, culturelle, politique et économique. Les hommes ont le pouvoir, les femmes sont soumises. Les hommes ont la parole, les femmes sont réduites au silence (Hooks, 2004, p. 3).

Ainsi, le patriarcat est un système qui limite les choix et les opportunités des femmes et des filles, ce qui contribue à les vulnérabiliser face à différentes formes de violences, y compris les violences sexuelles. On ne peut donc pas lutter contre les conséquences du viol et de la maternité précoce, sans remettre en question les normes sociales qui valorisent la domination masculine et qui oppriment les femmes et les filles. Il n'est pas étonnant de voir se déployer la culture du viol au sein des sociétés patriarcales.

2.2.2 La culture du viol

La culture du viol est une manifestation particulièrement pernicieuse du patriarcat, qui normalise et justifie les violences sexuelles commises contre les femmes et les filles. Cette culture repose sur des croyances erronées selon lesquelles les femmes seraient responsables des violences qu'elles subissent, et que les agresseurs seraient souvent excusables ou même légitimes de violenter sexuellement les femmes. À titre d'exemple, on va reprocher aux filles d'être sorties seules, d'avoir traînées tard le soir dehors ou encore de s'être habillées de manière supposément provocatrice pour les pauvres hommes qui ne peuvent pas résister à leurs instincts dès qu'une femme les attire. Cette culture est souvent renforcée par des pratiques sociales, culturelles et institutionnelles qui minimisent ou nient les conséquences du viol sur la vie des victimes et qui les culpabilisent plutôt que de les protéger et de les accompagner.

La chercheuse Rebecca Solnit (2014) explique de manière éloquentes la manière dont la culture du viol perpétue la domination masculine, dans son livre : « *Men Explain Things to Me* » :

Le viol est une forme d'exercice du pouvoir masculin qui vise à maintenir le contrôle sur les femmes et leur corps. C'est un acte de violence et de domination qui n'a rien à voir avec le sexe mais tout à voir avec la volonté de réduire une femme à l'état d'objet à travers la violence. (...) Le viol n'est pas un accident, ni une aberration, ni un écart de conduite, mais une manifestation de la culture du viol (Solnit, 2014, p. 22).

Des décennies avant Solnit, la militante féministe Andrea Dworkin (1981) soulignait le rôle du patriarcat dans la perpétuation de la culture du viol, dans son livre : « *Pornography : Men Possessing Women* » :

La pornographie est un outil de la domination masculine qui sert à normaliser les violences sexuelles commises contre les femmes. Elle est une expression de la culture du viol qui justifie la violence sexuelle en la présentant comme normale et acceptable. (...) La pornographie est un moyen pour les hommes de maintenir leur pouvoir sur les femmes et de les réduire à l'état d'objets sexuels (Dworkin, 1981, p. 7).

Ainsi, la culture du viol est un phénomène complexe qui découle directement du patriarcat et de sa volonté de maintenir la domination masculine sur les corps et l'être des femmes et des filles. Pour lutter contre cette culture, il faut créer des conditions pour permettre aux femmes et aux filles à se libérer de l'emprise patriarcale et à se sortir des conséquences du viol, comme celles de la maternité précoce. Il est également essentiel de remettre en question les normes sociales qui encouragent et perpétuent la domination masculine. Par ailleurs, il faut travailler sans cesse à promouvoir une culture de respect, d'égalité et de solidarité entre les femmes et entre les genres. Notre santé collective en a douloureusement besoin.

2.2.3 L'expérience du viol

L'expérience du viol est une manifestation tragique de la violence patriarcale qui a des conséquences dévastatrices pour les survivantes, tant sur le plan physique que psychologique. Le viol est souvent perpétré dans le but de maintenir le pouvoir et le contrôle sur le corps et le cœur des femmes et des filles. Il est souvent justifié par des normes sociales qui minimisent ou excusent les violences sexuelles.

Dans son livre : « *Le viol : forme ultime de la domination masculine* », la sociologue américaine Susan Brownmiller (1975) explique comment le viol est utilisé comme une arme de domination masculine :

Le viol est un acte de violence qui utilise la force physique et/ou la menace pour soumettre une personne à des actes sexuels non consentis. Il sert à maintenir le pouvoir des hommes sur les femmes, à réaffirmer leur supériorité et leur droit à contrôler le corps des femmes (Brownmiller, 1975, p. 13).

Dans le même ordre d'idée, la psychologue américaine Judith Herman souligne le traumatisme profond que peut causer le viol chez les survivantes, dans son livre : « *Trauma and Recovery* » Herman (1997) avance avec pertinence que :

Le viol est un traumatisme qui peut avoir des conséquences dévastatrices sur la santé mentale et physique des survivantes. Il peut causer une perte de confiance en soi, de l'estime de soi, de la capacité à faire confiance aux autres, et peut même conduire à des tentatives de suicide (Herman, 1997, p. 35).

Il est donc crucial de comprendre le viol comme une manifestation directe de la violence patriarcale, qui vise à maintenir le pouvoir et le contrôle sur la vie des femmes et des filles. Aussi, il ne faudrait jamais perdre de vue le fait que la question des violences sexuelles est une question de santé publique, dans la mesure où les séquelles laissées dans les corps, les cœurs et les esprits des personnes qui en sont victimes sont incommensurables. Pour aider les survivantes à surmonter les conséquences du viol et pour lutter contre cette violence, il est, encore une fois, essentiel d'ajouter au grand travail du soin offert aux survivantes, l'importance d'effectuer un travail sociopolitique sérieux qui permet de remettre en question les normes sociales qui perpétuent et renforcent la domination masculine. Cela afin de promouvoir une culture qui favorise la bienveillance, l'entraide et l'équité entre tous les êtres humains, quels que soient leur genre, leur origine, leur religion, leur classe sociale, etc.

2.2.4 Les violences genrées basées sur l'honneur

Les violences genrées basées sur l'honneur peuvent prendre différentes formes, telles que les crimes dits « d'honneur » (meurtre d'une femme ou d'un homme perçu comme ayant porté atteinte à l'honneur familial), les mariages forcés, les mariages précoces, les mutilations génitales féminines, les agressions sexuelles, le harcèlement, les violences domestiques et d'autres formes de contrôle et de coercition exercées sur les femmes.

Le concept de « violence basée sur l'honneur » tel qu'il a été défini par l'Organisation des Nations Unies, se réfère au pouvoir de contrôle sur la conduite d'une femme; la honte ressentie par un homme qui a perdu ce pouvoir de contrôle ; une pression de la collectivité ou de la famille qui contribue à aggraver cette honte ou à vouloir l'effacer. (ONU 2011, cité par Arcand, 2018).

Il est important de noter que les pratiques de violences basées sur l'honneur ne sont pas spécifiques à une religion, à une culture ou à une région géographique particulière. Elles peuvent être observées dans diverses sociétés et communautés à travers le monde, bien que les manifestations spécifiques varient selon les contextes culturels et sociaux. Il est aussi important de signaler qu'il existe dans toutes les sociétés des forces progressistes qui essaient d'atténuer la nuisance de ce genre de violence.

On doit éviter le double piège du racisme et du relativisme culturel tendant à essentialiser les cultures qui sont loin d'être homogènes et immuables. Tous les membres d'une communauté n'adhèrent pas nécessairement aux mêmes valeurs et aux mêmes pratiques. Nombre de femmes et d'hommes au sein de chaque communauté rejettent et luttent contre toutes les formes de violence, qu'elles soient ou non justifiées par l'honneur. Cela signifie qu'il faut reconnaître cette diversité et miser sur les forces de changements internes si l'on veut contrer efficacement les violences basées sur l'honneur. (Yolande Geadah, 2013, p. 3)

Il convient de souligner que ces pratiques violentes sont largement condamnées au niveau international et considérées comme des violations des droits humains fondamentaux, y compris le droit à la vie, à la liberté et à la sécurité de la personne, le droit à l'égalité des genres et le droit à la dignité et à l'intégrité physique et mentale. De nombreux efforts ont été déployés à l'échelle mondiale pour lutter contre les violences genrées basées sur l'honneur, notamment par le biais de campagnes de sensibilisation, de programmes de soutien aux survivants, de réformes législatives et de politiques visant à protéger les droits des femmes et à promouvoir l'égalité des genres.

2.2.5 La maternité précoce

La maternité précoce est l'une des conséquences tragiques des violences faites aux femmes et aux jeunes filles comme dans les cas du mariage des mineures, ou encore dans des situations de viols subis par les jeunes filles. En effet, ces dernières peuvent tomber enceintes à la suite d'un viol, ce qui peut entraîner des complications physiques et psychologiques et relationnelles pour la mère et l'enfant à venir. Selon une étude menée par l'Organisation mondiale de la santé (OMS), « les femmes qui ont été violées ont plus de risques de tomber enceintes que celles qui n'ont pas été victimes de violences sexuelles » (OMS, 2013, p. 7). La maternité précoce peut également entraîner des conséquences sur le bien-être psychologique de la mère et de l'enfant. Selon une étude de l'UNICEF, « les mères adolescentes ont plus de risques de souffrir de dépression postnatale que les femmes plus âgées » (UNICEF, 2001, p. 8).

De plus, les enfants nés de mères adolescentes ont plus de risques de connaître des problèmes de santé et de développement, ainsi que des difficultés scolaires et sociales.

« Lorsqu'on regarde du côté de la femme elle-même, on peut considérer la maternité précoce comme une adversité relative à son développement et qui aura, cela va sans dire, des conséquences sur le cours de la vie. Les mères ayant donné naissance de façon précoce seraient plus nombreuses à être confrontées au décrochage scolaire, à l'abandon de certains projets de vie, à la précarité d'emploi, à l'occupation d'emplois peu payants requérant peu d'habiletés et, dans bien des cas, au début du cycle de dépendance financière aux prestations d'aide sociale. » (Corcoran, 1998 cité par Lévesque, 2015)

Il faut, cependant, louer le courage de certaines jeunes filles qui parviennent à surmonter l'expérience de la maternité précoce et à se reconstruire. Selon une étude de l'OMS, « les femmes qui ont survécu à une agression sexuelle ont eu un potentiel élevé de résilience » (OMS, 2013, *Strengthening Health System Resilience* p. 7).

En offrant des services de soutien complets, tels que des soins médicaux, les suivis psychologiques, un accès à l'éducation et à l'emploi, il est possible d'aider ces femmes à se remettre de leur expérience traumatisante et à aller de l'avant.

2.2.6 Les conséquences de la maternité précoce sur la vie des femmes et de leurs enfants

La maternité à l'adolescence est une tragédie à laquelle de nombreuses adolescentes sont confrontées, avec des conséquences négatives pour leur santé physique et mentale, ainsi que pour leur avenir éducatif et professionnel. Toujours d'après l'UNICEF :

Les adolescentes sont particulièrement vulnérables aux risques liés à la maternité et à la grossesse, notamment les complications obstétriques, la mortalité maternelle et infantile, ainsi que l'abandon ou la négligence de l'enfant (UNICEF, 2018, p. 9).

En outre, la maternité à l'adolescence peut limiter les opportunités éducatives et professionnelles des jeunes filles, les empêchant ainsi de réaliser leur potentiel. Selon l'Organisation internationale du travail (OIT) : « Les adolescentes qui sont enceintes ou qui ont des enfants sont plus susceptibles de quitter l'école et de ne pas terminer leur

éducation, ce qui limite leurs perspectives d'emploi et de revenus à l'âge adulte » (OIT, 2013, p. 1).

Le fait de devenir mère à un âge relativement jeune peut entraîner des conséquences significatives sur la vie des enfants concernés. Ils peuvent, par exemple, avoir un poids de naissance plus faible, ce qui est associé à des complications potentielles pour leur santé à long terme (WHO, 2018, p. 291-292). Les enfants de mères adolescentes peuvent également éprouver des difficultés sur le plan des relations sociales. Ils peuvent être confrontés à des préjugés et à des stigmatisations sociales en raison des circonstances entourant leur naissance, ce qui peut avoir un impact sur leur estime et leurs relations avec leurs pairs (East, P.L. et al., 2007, p.3).

2.2.7 La monoparentalité

Lorsque la mère élève seule son enfant après une naissance survenue à un âge relativement jeune, cela peut entraîner des défis particuliers. Les mères célibataires, en particulier celles qui ont eu un enfant à un âge précoce, sont plus susceptibles de vivre dans la pauvreté et de faire face à des difficultés économiques. Elles peuvent rencontrer des difficultés pour subvenir aux besoins de leur enfant en raison de ressources limitées, d'opportunités d'emploi restreintes et de responsabilités parentales précoces et de manque de support familial et communautaire (Carlson, M.J. et al., 2013, p. 2-3).

Selon Kiernan, (2007, p. 4), les mères célibataires exposées à la maternité précoce peuvent faire face à un niveau de stress parental plus élevé en raison de la charge de travail supplémentaire et de la responsabilité éducatives, sanitaires et financières rencontrées dans l'aventure exigeante d'apprendre à éduquer seul un enfant alors qu'on est soi-même encore si jeune et si démunie. Cela peut avoir un impact sur le bien-être psychologique et la capacité à faire face aux multiples responsabilités parentales auxquelles les jeunes mères sont exposées quotidiennement.

Les enfants élevés dans des foyers monoparentaux avec des mères qui sont entrées précocement dans l'expérience parentale peuvent être confrontés à de multiples défis en matière d'éducation et de développement. Ils peuvent avoir des ressources éducatives et des opportunités d'apprentissage limitées, ce qui peut entraîner des

répercussions sur leurs résultats scolaires et leur développement physique ou encore socioémotionnel (Amato, P.R., 2005, p. 6-7).

2.2.8 La présence ou l'absence de support familial ou communautaire

La présence ou l'absence de soutien familial ou communautaire joue un rôle important dans la capacité de résilience des jeunes mères pour faire face aux conséquences du viol et de la maternité précoce. Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS) : « les femmes qui ont des relations sociales fortes et des réseaux de soutien sont plus à même de faire face aux défis de la vie, notamment à la violence sexuelle et à la maternité précoce » (OMS, 2015, p. 1). Le soutien familial peut aider à réduire l'isolement social et à fournir un environnement stable pour la mère et l'enfant.

Cependant, il est important de noter que le soutien familial peut ne pas être disponible pour toutes les femmes. Selon l'UNICEF : « Dans certaines communautés, le viol est considéré comme une honte pour la famille, qui peut réagir par l'exclusion et la stigmatisation de la victime » (UNICEF, 2006, p. 9). De plus, certaines femmes peuvent ne pas avoir de famille ou de réseau de soutien proche pour diverses raisons, notamment la migration, l'urbanisation, ou l'isolement social.

Dans de tels cas, le soutien communautaire peut jouer un rôle important dans la résilience des jeunes femmes. L'OMS souligne que : « les interventions communautaires peuvent contribuer à la prévention de la violence sexuelle et à l'atténuation de ses effets à travers la fourniture de soins et de soutien » (OMS, 2015, p. 1). Les interventions communautaires peuvent inclure la mise en place de groupes de soutien, des réseaux informels d'amis ou d'alliés, de centres de santé ou de services de conseil.

2.3 LA RÉSILIENCE

« En sciences sociales et de la santé, la résilience réfère à une force, à une capacité de surmonter les obstacles, de déjouer l'adversité »

(Masten, 2001).

Malgré ce que dit à juste titre Masten (2001) dans la citation en exergue, il est essentiel aujourd'hui, lorsque nous parlons de résilience, de faire attention pour ne pas transformer ce concept en célébration de la souffrance ou encore en héroïsme individuel. En effet, comme le précise à juste titre le clinicien éthologue, psychanalyste et neuropsychiatre Boris Cyrulnick, qui a vulgarisé le concept de résilience à la suite des travaux du psychiatre et psychanalyste britannique John Bowlby (1979) : « La résilience n'est pas à rechercher seulement à l'intérieur de la personne, ni dans son entourage, mais entre les deux, parce qu'elle noue sans cesse un devenir intime avec le devenir social » (Cyrulnick B., 1999, p. 206).

Pour cet auteur, ce sont les circonstances, tant personnelles que familiales et sociales qui favorisant la mise en place d'un processus de rétablissement qui va finir par créer de la résilience malgré l'adversité qui s'est abattue sur un sujet particulier dans un contexte donné. À la suite de Cyrulnick, (1999), Ehrensaft & Toussignant (2001), rappellent que : « La résilience est un processus qui se construit et se déconstruit à partir de caractéristiques individuelles et dans l'interaction entre plusieurs systèmes de soutien (famille, communauté, culture). (Courtois, A. & Mertens de Wilmars, S. (2004, p.318)

Plusieurs chercheurs tels que F. Dolto (1987), S. Vanistendael (1998) et B. Cyrulnick, (1999) affirment que les personnes qui ont traversé des épreuves intenses et qui en ont sorti avec de graves traumatismes ont un besoin incontestable de tuteurs de résilience. Ainsi, les membres de la famille, les acteurs clés des réseaux éducatifs, des professionnels qui œuvrent dans le réseau de la santé et des services sociaux ou encore dans le réseau communautaire sont incontournables pour enclencher et soutenir le processus de résilience. D'après Courtois, A. & Mertens de Wilmars, S. (2004, p.318), ce sont donc les tuteurs de résilience qui arrivent à aider les personnes éprouvées à :

« construire une vie épanouissante et libre malgré un événement difficile auquel elle(s) est (sont) confrontée(s) ».

La résilience constitue donc un horizon plein de possibles pour les jeunes mères qui travaillent si fort à surmonter les conséquences des horreurs subies dont le viol à l'origine de leur maternité précoce. La sollicitude de leur entourage ainsi que les qualités et les forces personnelles permettent à ces jeunes femmes de devenir résilience. Elles développent ainsi : « la capacité de rebondir après l'adversité, de surmonter les défis et de continuer à avancer malgré les obstacles » (UNFPA, 2018, p. 2).

L'envie d'avancer malgré et grâce à ce qui nous est arrivé, la détermination et le courage de persévérer constituent en soi des voies de passages nécessaires pour faire face aux défis liés à la maternité précoce et aux traumatismes subis dans des contextes de violence à caractère sexuel. En effet, comme l'affirme l'UNICEF (2018), les jeunes mères qui ont trouvé les conditions de support ou la force intérieure de surmonter des violences qu'elles ont subies et des traumatismes qui en découlent sont souvent remarquablement résilientes. Elles sont capables de trouver des moyens de s'adapter et de faire face à d'autres situations difficiles qui se présentent à elles et à leurs enfants. C'est pour cela, que c'est une question de santé publique de trouver collectivement les moyens de supporter ces jeunes mères.

Nous insistons donc pour dire que la résilience est un horizon. Il est important de rappeler que ce n'est pas un phénomène qui se produit automatiquement comme par magie et qui vient ainsi naturellement à tout le monde. Rappelons donc à la suite de Delage (2002) et de Courtois, A. & Mertens de Wilmars, S. (2004), que la résilience n'est jamais acquise, elle reste un processus fragile, qui peut aussi être mis en danger, on n'est pas nécessairement résilient à vie. Dans cette optique, Delage avance que ce processus consiste en :

Une régulation complexe entre les zones de forces et les zones de vulnérabilité mobilisées ensemble lors d'une agression et après, laissant du même coup une trace douloureuse, parfois enfouie et inconsciente, mais toujours susceptible d'être réveillée par un événement à la signification particulière chez un individu donné (M. Delage, 2002, p. 272).

Il est donc nécessaire que les familles, les communautés, les services sociaux et de santé prennent la responsabilité de travailler à créer des conditions nécessaires pour pouvoir fournir aux jeunes mères des services, des interventions et des programmes de soutien pour les aider à engager et à soutenir leur processus de résilience. Notre détermination à affirmer le rôle de l'entourage de la jeune femme dans la construction de son processus de résilience ne doit pas nous faire oublier le rôle irremplaçable de l'engagement personnel de la jeune femme à reprendre du pouvoir sur sa vie.

D'après l'OMS, la résilience est une force éducable. « Elle peut être encouragée par des interventions ciblées, telles que le soutien émotionnel et social, l'éducation et la formation, et l'accès à des services de santé mentale, etc. » (OMS, 2016, p. 5). Il est donc possible d'apprendre à devenir résiliente, comme le montre une étude qualitative portant sur les ressources internes des femmes ayant été victimes de violence et ayant appris à devenir progressivement résilientes.

Comme le propose Davis (2002) à propos de cette étude :

Cet apprentissage leur a permis non seulement d'endurer la violence ou d'y survivre, mais de se désengager avec succès de la relation violente. Les caractéristiques ou stratégies qui conduisent à la résilience seraient la spiritualité, le sens de l'humour, le recours à un système de soutien, l'espoir et la possibilité de trouver quelque chose dans leur vie qui n'appartient qu'à elles, qui leur est propre (Davis, 2002, p. 17).

Mon expérience personnelle de viol et de maternité précoce, tout comme l'expérience des mères adolescentes que j'ai eu à accompagner dans ma vie professionnelle au Rwanda, m'a montré sans aucune ambiguïté que certaines personnes, mises dans des situations particulières, sont capables de faire face à une immense détresse et de rebondir dans l'épreuve, même lorsqu'elles sont confrontées à des conditions extraordinairement traumatisantes dans la durée.

2.3.1 La matrice de résilience

« La résilience est un tricot qui noue une laine développementale avec une laine affective et sociale (...), c'est un maillage. Nous sommes tous contraints de nous tricoter avec nos rencontres dans nos milieux affectifs et sociaux » (B. Cyrulnik, 1999, p. 15, 43-44).

À la suite de Courtois, A. & Mertens de Wilmars, S. (2004, p. 318) je peux dire sans hésitation que je préfère « le concept de matrice à celui de tuteur (B. Cyrulnik, 1999), car il évoque le contenant autant que le contenu, un assemblage et une émergence. À l'inverse du tuteur, il nous apparaît comme une entité beaucoup plus dynamique et souple face à la complexité du vivant.

C'est dans le contexte de la thérapie systémique qu'on a commencé à parler de matrice de résilience. D'après Courtois, A. & Mertens de Wilmars, S. (2004, p. 321).

Tout l'art des thérapeutes avec les familles et avec l'équipe consiste donc à utiliser les émotions et les représentations qui naissent au sein du système thérapeutique, à l'intersection de la famille et du thérapeute, du thérapeute et de l'équipe, pour engager l'ensemble vers un processus de coévolution et de croissance. Ce maillage émotionnel crée un dispositif qui opère comme matrice de résilience pour la famille, le thérapeute et l'équipe. Cette matrice de résilience est contenante, étayante, accueillante et elle permet l'émergence d'autres possibles, sens multiples, mieux à même d'appréhender avec plus de cohérence, l'incompréhensible, le contingent, le complexe.

Dans la plupart des cas, la construction d'une matrice de résilience va passer par la construction des modalités d'intervention en équipe. C'est encore plus fort dans une intervention de groupe où on peut vivre des phénomènes de coformation, de codéveloppement, de coanimation voire de coopération de tous les membres du groupe dans le processus de guérison et de transformation des uns et des autres y compris les intervenants.

La pratique à plusieurs aide le thérapeute à restaurer ou à asseoir une sécurité de base lorsque celle-ci est vacillante, à rééquilibrer ses fragilités et ressources ; en cela, elle lui permet de créer un cadre plus sécurisant et plus créatif avec des effets thérapeutiques décuplés. Ce

processus se construit dans un maillage de fils qui ont pour nom un projet commun, la confiance partagée, le lien et l'échange des émotions, pratiques, savoirs et idéaux. L'équipe fait ainsi office d'étayage externe et interne, d'espace tiers et d'élaboration psychique (Courtois, A. & Mertens de Wilmars, S. (2004, p. 304).

À l'instar de M. Maestre, (2002/2) & F. Walsh, (1996), Courtois, A. & Mertens de Wilmars (2004, p. 320) affirment que :

Lorsque les impressions sensorielles, les résonances émotionnelles et les différents sens qui naissent aux intersections des systèmes « thérapeute-patient » et « thérapeute-équipe » sont conscientisés, nommés dans le lien à l'autre, elles peuvent être élaborées dans et par l'équipe pour créer de la résilience.

Pour Maestre (2002/2, p. 5), il y a un lien inaliénable entre résonance et résilience. D'après ses travaux, le praticien décrypte les résonances qui émergent en lui, au sein du lien d'accompagnement. Il tente alors, avec l'ensemble du système, de donner du sens à son propre ressenti et aux vécus sensibles, affectifs et émotionnels des membres du système qu'il accompagne. Ainsi, il essaie de percevoir parmi les éléments en présence dans la relation de soin, ce qui peut être facteur de résilience pour le système accompagné. La résilience est une donnée relationnelle, elle se tisse lentement à partir du sens qui émerge donc au cœur de la relation d'accompagnement.

2.4 L'ACCOMPAGNEMENT

Plusieurs champs de pratique en sciences humaines et sociales mettent la question de l'accompagnement au cœur de leurs actions. En effet, comme le rappelle Vincent Cousin (2015, p. 82-83), il y a :

un nombre croissant de secteurs professionnels qui emploie le terme d'accompagnement pour désigner la nature de soutien ou de soins offerts à une personne donnée ou à un groupe, que ce soit en thérapie, en animation sociale, en formation des adultes, en coaching ou en management et bien d'autres secteurs encore.

À l'instar de G. Le Bouëdec (2003) et M. Paul (2004), je voudrais préciser avec Cousin (2015, p. 83) que « l'accompagnement constitue une forme d'être-en-relation qui s'inscrit dans une quête du prendre soin des personnes et du lien social ».

Dans le cadre de ce mémoire, nous définissons l'accompagnement avec M. Paul (2004, p. 308), qui affirme que l'acte d'accompagner fait référence à un mouvement vers l'autre. Il s'agit donc de « se joindre à quelqu'un, pour aller où il va, en même temps que lui ». Il s'agit donc d'une aventure co-mobilisatrice comme le mentionne Cousin (2015) à la suite de Paul (2004).

En effet l'accompagnement est une aventure relationnelle à l'intérieur de laquelle les accompagnateurs comme les accompagnés :

« Avancent de concert sur la base d'une demande claire, d'un contrat d'accompagnement précis, des objectifs, des moyens et avec une rythmicité concertée. Il faut noter que personne ne sortira indemne de cette aventure humaine. Les accompagnateurs comme les accompagnés en sortent altérés, transformés (Cousin, 2015, p. 84).

Dans ce sens, l'accompagnement est un facteur de protection incontournable pour aider les victimes du viol et de la maternité précoce à se rétablir et à surmonter les conséquences de ces expériences traumatisantes.

« La fragilité n'est plus de mise. À travers l'accompagnement, il ne s'agit plus d'être dans la réparation et de compenser les inégalités de nature ou les disparités de fortune, mais de redonner, de façon pérenne, les moyens de se remettre sur les rails de l'existence, de faire face aux aléas, de se faire une place parmi les autres. » (Paul, 2020, p. 28)

Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), « les femmes qui ont été victimes de violence sexuelle ont besoin de soins médicaux et psychologiques d'urgence pour soigner les blessures physiques et psychologiques et pour prévenir les conséquences à long terme » (OMS, 2015, p. 1).

En ce qui concerne les soins psychologiques, l'OMS souligne l'importance de « l'écoute active, de la validation des émotions, de la promotion de la sécurité et de l'autonomisation, et de la fourniture d'informations claires et précises » (OMS, 2015,

p. 1). L'accompagnement peut également impliquer une thérapie individuelle ou de groupe pour aider la victime à faire face aux effets à long terme du viol et de la maternité précoce.

Il est également important de souligner que l'accompagnement devrait être adapté aux besoins spécifiques de chaque victime. Selon l'OMS, « l'approche de soins devrait être centrée sur la personne, tenant compte des facteurs individuels, sociaux et culturels qui influencent la réponse de la victime à la violence sexuelle et à ses conséquences » (OMS, 2015, p. 1). L'accompagnement des mères adolescentes victimes du viol et de la maternité précoce est également crucial pour leur permettre de faire face aux défis liés à la parentalité et en même temps de se rétablir des conséquences du viol. « Les mères adolescentes ont besoin de soutien émotionnel et pratique pour faire face aux défis de la parentalité, pour s'occuper de leur enfant [...] et pour développer une relation positive avec leur enfant » (OMS, 2014, p. 7).

Rappelons qu'être une mère en bas âge suite à une expérience de viol est une épreuve sans nom pour les mères qui doivent apprendre à accueillir, accepter, apprivoiser et aimer cet enfant qui leur rappelle en permanence les conditions douloureuses de sa conception. Lorsque les enfants grandissent, il devient très difficile pour les mères de dire à leurs enfants le nom de leur père et les conditions de leurs naissances. Pour les mères, ce n'est pas du tout simple de s'approcher de « cette vérité torturante pour elles » Godard, M. O., & Ukeye, M. J. (2012, p.123).

Or, dans une société à la fois patriarcale et relationnelle et communautaire comme le Rwanda, les enfants sont constamment mis en situation de devoir dire le nom de leur père et si possible de leur lignée paternelle. Évidemment, dans ce type de culture, les enfants appartiennent au père, et personne ne désire être l'enfant d'une femme seule.

.....

À cet égard, le psychiatre rwandais Naasson Munyandamutsa, (2002, p. 2) détaille les effets néfastes de cette culture sur les personnes qui malheureusement ignorent une partie de leur généalogie :

Quand un adulte rencontre un enfant, la première question qu'il lui pose est la suivante : tu viens de qui ? À qui tu appartiens ? Uri uwande sha ?

Cette question, qui a traversé toutes les générations dans nos sociétés traditionnelles, cherche à inscrire l'enfant dans une appartenance sans laquelle vivre n'est pas possible. Cette interrogation, somme toute permanente, est une invitation à un retour vers les origines, vers la genèse de l'appartenance qui requiert la capacité de mobiliser la mémoire du passé dans une logique de construction des liens générationnels. Pour vivre, il faut appartenir.

L'accompagnement dont on a besoin pour soutenir les mères et les enfants nés du viol est un accompagnement de groupe. Car le groupe constitue dans ce cas une véritable matrice de résilience. Comme le propose Rouchy, (2008, p. 64) ces groupes ont pour fonction d'offrir un espace tiers qui est un espace transitionnel qui se situe « comme un champ d'expérience intermédiaire entre le monde intérieur et le monde extérieur, entre la réalité psychique et la réalité sociale » dans ce type de groupe, la matrice de résilience est constituée par les accompagnants certes, mais aussi par les membres qui partagent leurs expériences, leurs douleurs et leurs espoirs, qui réfléchissent ensemble et donnent sens aux sentiments qui les traversent. La beauté de l'accompagnement groupal c'est qu'il permet aux participants de pouvoir accueillir, contenir et parfois comprendre des expériences, choses qu'on arrive pas toujours à faire lorsqu'on est seul. En effet, en accompagnement, la matrice de résilience donne de l'énergie pour persévérer dans l'existence.

CHAPITRE III

CHOIX ÉPISTÉMOLOGIQUES ET MÉTHODOLOGIQUES

Chaque chercheur est porteur de paradigmes qui l'amènent à développer une vision du monde quant à l'ordonnance des choses.

Yvon Bouchard

3.1 INTRODUCTION

Ce chapitre traite des choix épistémologiques et méthodologiques de ma recherche. Il vise à témoigner de ma démarche de recherche et des différentes décisions prises pour mener à bien cette étude qui porte sur mon processus de résilience après une expérience de viol et de maternité précoce. Pour être cohérent avec le thème de ma recherche, ma question et mes objectifs de recherche, il me semble clair que c'est le paradigme compréhensif et interprétatif qui servira de socle épistémologique à cette recherche. C'est dans une logique inhérente à la recherche qualitative et dans une perspective subjectiviste que cette recherche à la première personne sera menée. Ma démarche sera organisée selon la méthode heuristique d'inspiration auto ethnographique. Aussi, le présent chapitre présentera et explicitera mon terrain de recherche ainsi que les outils de production et d'interprétation des données. C'est cette exigence de cohérence avec la nature de cette recherche exploratoire qui a orienté les choix épistémologiques et méthodologiques que j'expose dans les pages suivantes.

3.2 LES ORIENTATIONS ÉPISTÉMOLOGIQUES

3.2.1 Paradigme compréhensif et interprétatif

Cette recherche en étude des pratiques psychosociales s'inscrit dans un paradigme compréhensif et interprétatif. Il s'agit ici d'une recherche basée sur des expériences humaines dans un contexte sociohistorique et culturel situé.

Il me semble important à cette étape de ma démarche d'interroger pour commencer la notion de paradigme avant d'aller plus loin. En effet, dans un livre fondateur : « La structure des révolutions scientifiques » Thomas Kuhn (1983) avance que lorsque nous utilisons le concept de paradigme, nous faisons référence à la capacité d'envisager la présence d'une vision du monde cohérente qui organise le rapport au monde et l'interprétation de la réalité. Une telle vision du monde doit faire consensus dans un champ de connaissance et de pratique particulier, à un moment donné et dans un espace géographique et culturellement situé.

Précisons d'emblée avec Martha Anadon et Lorraine Savoie Zajc (2009, p. 1) que :

« Les perspectives interprétatives/qualitatives revendiquent les réalités subjectives et intersubjectives comme objets de connaissance scientifique, car elles s'ancrent dans une tradition épistémologique qui est fondamentalement interprétative dans le sens qu'elles s'intéressent aux dynamiques selon lesquelles le monde social est expérimenté, vécu, produit, compris, interprété ».

Cette recherche s'intéresse donc à l'expérience subjective telle que vécue par la praticienne-chercheuse que je deviens. D'inspiration phénoménologique (Depraz, 2006) et herméneutique (Grondin, 2006), l'objectif poursuivi en est un de quête de sens et de connaissance. Il ne s'agit en aucun cas de prouver l'existence des relations de cause à effet ni d'établir des preuves probantes d'une quelconque réalité, comme dans les recherches de type positiviste. Ici, on cherche plutôt à créer des conditions nécessaires à la production des données expérientielles qui vont permettre de saisir le sens « d'une expérience vécue à la première personne, afin d'en tirer des connaissances à réinvestir dans l'action et dans la culture » (Niwemugeni, 2018, p. 54).

Dans le domaine des sciences humaines et sociales, bon nombre de chercheurs à l'instar de Gohier (2004) ou de Grondin (2006), s'inspirent des travaux de Wilhelm Dilthey (1947) pour dire qu'on ne peut pas étudier de la même manière les phénomènes humains et la nature. En effet, c'est dans une perspective explicative qu'on aborde les sciences de la nature alors que c'est par une approche compréhensive qu'il faut approcher l'expérience humaine. À la suite, Grondin (2006), Gauthier (2015) et Niwemugeni (2018) rappellent que Dilthey a questionné avec force la pertinence du paradigme positiviste empirique hérité d'Auguste Comte. Il a ainsi marqué l'histoire en permettant aux sciences humaines de se libérer de l'obligation de se référer aux méthodologies des sciences de la nature pour être reconnues par la communauté scientifique. Pour les chercheurs qui évoluent dans le paradigme compréhensif et interprétatif, étudier l'expérience humaine ou les phénomènes de l'esprit nécessite des manières de faire et des critères de validité spécifiques.

Selon Grondin (2006), les principaux héritiers de Dilthey (1947) dont Heidegger (1986) et Gadamer (1976), témoignent de l'importance de son œuvre en affirmant que les travaux de ses travaux sont clairement à l'origine de ce qu'ils appellent le « tournant existentiel de l'herméneutique ».

Assise sur une philosophie universelle de la vie historique, l'intuition de fond de Dilthey, lourde de conséquences, est que la compréhension et l'interprétation ne sont pas seulement des « méthodes » propres aux sciences humaines, mais traduisent une recherche de sens et d'expression plus originelle encore de la vie elle-même». (Grondin, 2006, p. 26)

À l'instar de Grondin (2006), Paillé et Mucchielli (2012) avancent que toute recherche qui vise la description et la compréhension de l'expérience humaine, telle que vécue par les personnes qui la vivent et qui racontent le sens qu'elle a pour elles, est d'inspiration phénoménologique et herméneutique. De telles recherches nous invitent à :

[...] chercher le sens et non pas l'explication, car l'explication cache le sens. L'attitude phénoménologique se caractérise donc par le recours systématique à la description du vécu sans y substituer un mécanisme explicatif. [...]. La phénoménologie s'efforce d'explicitier le sens que le monde objectif des réalités a pour nous (tous les hommes) dans notre expérience (partageable). (Paillé et Mucchielli, 2012, p. 41).

Ainsi, dans le paradigme positiviste, il est convenu que pour étudier le monde social, il faut s'en détacher pour mieux l'appréhender. Le chercheur se doit donc de garder une distance pour comprendre la réalité sociale le plus objectivement possible. Contrairement au paradigme positiviste, le paradigme compréhensif et interprétatif n'envisage aucune dichotomie entre le chercheur et l'objet de sa recherche. Le paradigme compréhensif favorise l'implication pour ne pas dire l'immersion du chercheur dans son terrain. Comme le mentionne avec justesse Nathalie Depraz (2006), la démarche phénoménologique quant à elle exige une adhésion inébranlable à l'expérience du sujet telle qu'elle apparaît dans sa nudité première. La question qui se pose ici est de savoir comment on fait pour opérer avec cohérence une forme de distanciation dans une recherche de type phénoménologique.

La phénoménologie Husserlienne suppose donc un retour réflexif sur l'expérience du sujet qui la vit. Elle affirme donc que la subjectivité humaine est indispensable à l'exercice de production de la connaissance dans la mesure où elle fait des objets qui apparaissent à la conscience, le centre de son étude. La phénoménologie affirme ainsi l'urgence de revenir aux choses telles qu'elles sont vécues et l'importance de la parole du sujet engagé dans son expérience, qui en témoigne tel qu'il l'a vécu.

Les dangers d'une recherche à la première personne qui donne autant de place à la subjectivité du chercheur seraient que celui-ci reste enfermé dans ses préjugés, a priori ou encore ses allants de soi. Il serait ainsi exposé à une forme de narcissisme qui rendrait impertinent et irrecevable les résultats de sa recherche. Pour éviter cette forme de dérive, Husserl (1992) a proposé de recourir à l'épochè ou encore la suspension ou la réduction phénoménologique. À cet égard, Depraz, Varela et Vermersch (2003), ont proposé une méthodologie qui vise à faire apparaître les phénomènes au cœur de l'expérience et la vie subjective tels qu'ils sont. En phénoménologie la question de la distance n'est pas une question géographique, mais une donnée de la conscience. En effet, comme le rappelle à juste titre Niwemugeni (2018), pour les phénoménologues, l'épochè est une action d'un sujet qui opère un geste attentionnel en vue de se libérer de ses allants de soi. Il peut alors laisser venir à sa conscience un sens neuf de son expérience. Ainsi la réduction phénoménologique permet de :

prendre distance par rapport au phénomène décrit, mettre en suspens les contenus prédonnés pour en interroger en permanence le sens, ne pas adhérer de façon naïve à ce qui apparaît pour donner corps au mode d'apparaître de ce phénomène (Depraz, 2006, p. 18).

Pour Niwemugeni (2018, p. 57), il s'agit « d'un mouvement en trois temps interreliés qui impliquent différents gestes qui se suivent dans le temps. Il faut d'abord suspendre, puis opérer une conversion attentionnelle avant de pouvoir accueillir ce qui se donne depuis là » comme le laisse voir la figure ci-après.

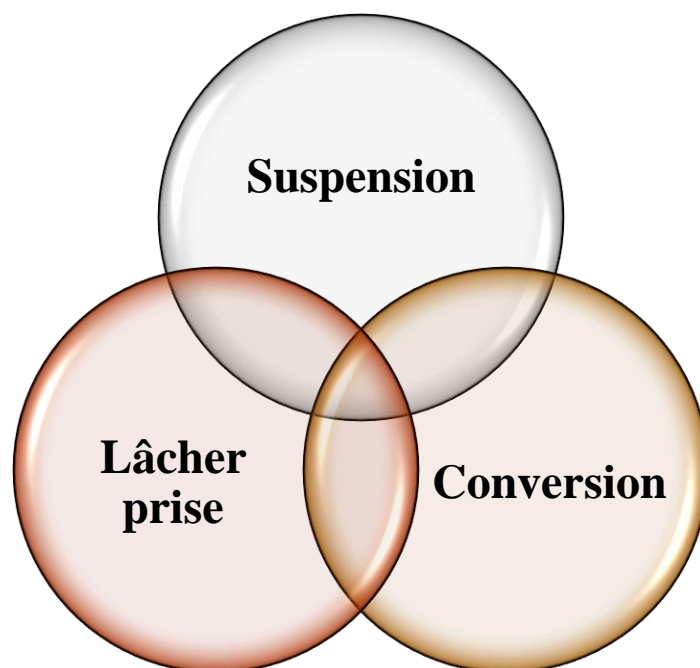


Figure 2 : Les trois temps et les différents actes au cœur de la pratique de l'épochè selon Nathalie Depraz (2006)

Le premier mouvement permet de suspendre et ainsi de mettre hors-jeu nos thèses « naïves » sur le monde, en suspendant nos allants de soi et nos a priori. Le deuxième mouvement consiste à faire volontairement une conversion attentionnelle, une redirection de l'attention en retournant le regard vers l'intérieur. Enfin, le dernier mouvement, est un mouvement d'accueil de ce qui se donne qu'on n'avait pas forcément prévu. Depraz (2006) parle d'accueillir la structure intentionnelle de la conscience, c'est - à-dire accueillir ce qui se donne.

3.2.2 Recherche qualitative de type exploratoire

La recherche qualitative utilise une logique particulière où les prémisses sont un ensemble de phénomènes empiriques et la conclusion est une hypothèse.

(Kelle, 1995)

Lorsque j'ai commencé ma formation comme apprentie chercheuse à la maîtrise en étude des pratiques psychosociales, j'ai compris que je venais de m'engager dans une aventure humaine, relationnelle et intellectuelle qui allait me demander une grande implication. Dès mes premiers cours, les formateurs disaient que cette formation vise non seulement la production des savoirs, mais aussi la transformation du praticien ainsi que le renouvellement de sa pratique professionnelle et relationnelle. Je commençais donc à comprendre qu'il n'y aura pas d'un côté ma vie et de l'autre côté ma recherche. Pour Anadon et Guillemette (2006, p.31), « en recherche qualitative, la finalité est de comprendre les significations que les individus donnent à leur propre vie et à leurs expériences ». J'ai donc commencé à comprendre que ma recherche peut contribuer à produire du sens et des connaissances susceptibles de soutenir le renouvellement de ma pratique, mais aussi la compréhension des phénomènes humains que je cherche à appréhender. Yves Boisson, (1991, p.16) abonde dans le même sens en affirmant qu'il faut retenir que : « lorsqu'il est question de recherche qualitative, le chercheur tente d'atteindre l'essentiel de phénomènes humains ».

Pour arriver à extraire l'essentiel des phénomènes humains, le chercheur tient donc lui-même le rôle irremplaçable d'un instrument de recherche. Toujours selon Yves Boisson (1991, p.16) :

Le chercheur qui fait de la recherche qualitative veut donc parvenir à la compréhension, à l'interprétation et à la présentation de l'essentiel des phénomènes humains et sociaux qu'il étudie. Pour atteindre ce but, le chercheur n'a d'autre choix que d'assumer lui-même le rôle de premier instrument de recherche, et ce à toutes les étapes de la recherche, avec

toutes les conséquences que ce rôle comporte. Il ne doit se fier qu'à lui seul et il doit se considérer comme l'instrument de recherche le plus approprié pour l'étude scientifique de sujets humains.

La recherche qualitative ne vise pas forcément à produire ce qu'on appelle des données probantes en produisant des résultats quantifiables, généralisables et mesurables. Elle s'inscrit dans la cohérence du paradigme compréhensif et interprétatif et cherche à saisir le sens que les acteurs eux-mêmes donnent à leur propre expérience. Elle permet au besoin au chercheur de faire de son expérience personnelle l'objet de sa recherche et de créer du sens et de la connaissance à partir de son expérience vécue. S'inscrivant dans une expérience singulière, encore non réfléchie, je souhaite mener une recherche exploratoire. Comme le précisent Trudel, L., Simard, C., & Vonarx, N. (2006, p.39)

La recherche exploratoire peut viser à clarifier un problème qui a été plus ou moins défini. Elle peut aussi aider à déterminer le devis de recherche adéquat, avant de mener une étude de plus grande envergure. La recherche exploratoire viserait alors à combler un vide, pour reprendre les termes de Van der Maren (1995). Elle peut être aussi un préalable à des recherches qui, pour se déployer, s'appuient sur un minimum de connaissances. La recherche exploratoire permettrait ainsi de baliser une réalité à étudier ou de choisir les méthodes de collecte des données les plus appropriées pour documenter les aspects de cette réalité ou encore de sélectionner des informateurs ou des sources de données capables d'informer sur ces aspects.

J'ai espoir que cette recherche exploratoire pourra me donner quelques repères pour de futures recherches participatives faites avec et pour les jeunes femmes victimes du viol qui ont été jetées trop précocement dans la fabuleuse et exigeante expérience de maternité.

3.3 DÉMARCHE HEURISTIQUE

Avant de présenter la démarche méthodologique choisie pour cette étude, il me semble important de rappeler avec Koss, Gidycz, et Wisniewski (1987, p. 169), que les recherches antérieures sur le viol ont souvent été limitées par une approche objective qui ne prend pas en compte l'expérience subjective des victimes. Les auteurs soulignent

que « la compréhension des effets de l'agression sexuelle nécessite une analyse plus approfondie de l'expérience subjective de la victime » (p. 169).

Dans la même veine, les recommandations de l'Organisation mondiale de la santé (OMS, 2013) en matière de violence sexuelle et de violence conjugale soulignent l'importance d'une approche centrée sur la personne pour comprendre l'expérience des victimes en vue de mieux intervenir. En effet, « les professionnels de la santé devraient utiliser une approche centrée sur la personne, qui reconnaît que chaque individu a des expériences, des besoins et des réponses uniques » (p. 43).

C'est dans cette optique que, dans le cadre de ma maîtrise en étude des pratiques psychosociales, j'ai fait le choix de me concentrer sur mon expérience de violence à caractère sexuel et de maternité précoce dans une perspective salutogène. En effet, nous pouvons dire à la suite de Douglas et Moustakas que la recherche heuristique est profondément intéressée par le sens plutôt que par la mesure, par l'essence beaucoup plus que par les apparences, par la qualité au lieu de la quantité et enfin par l'expérience vécue beaucoup plus que par le comportement observable.

3.3.1 La méthode heuristique

La méthode heuristique part du principe selon lequel un individu peut vivre profondément et passionnément le moment présent, être complètement captivé par des miracles et les mystères tout en étant engagé dans une expérience de recherche significative.

Peter Craig (1978, p.158)

Pour Peter Craig (1978, p. 158), la méthode heuristique est une méthode de recherche en sciences humaines : « basée sur la découverte et mettant en valeur l'individualité, la confiance, l'intuition, la liberté et la créativité ». Dans le même ordre d'idée, Gauthier (2015) affirme à la suite des chercheurs pionniers en recherche heuristique que sont Moustakas (1990) et Polanyi, que : « une telle démarche de

recherche porte principalement sur ce qui fait sens pour le sujet en recherche, dans son rapport avec les choses, les êtres et les événements » (p.145).

La force de la méthode heuristique réside dans sa capacité à permettre au chercheur d'entrer en intimité avec son expérience et de prendre au sérieux toutes les données qui émergent de sa conscience en résonance avec les différents contextes où il évolue. D'après Craig (1978, p.54), abordée du point de vue heuristique, la recherche en sciences humaines :

[...] met l'accent sur la compréhension plutôt que sur la preuve ; sur le sens plutôt que sur la mesure ; sur la plausibilité plutôt que sur la certitude ; sur la description plutôt que sur la vérification ; sur sa propre autorité plutôt que sur une approbation extérieure ; sur une implication engagée plutôt que sur une observation détachée ; sur une exploration ouverte plutôt que sur une procédure préétablie ; sur la création passionnée et les perceptions personnelles au lieu d'une imitation dénuée de passion et d'une routine impersonnelle.

Carrier (1997) affirme quant à lui, que faire de la recherche heuristique c'est accepter de faire corps avec son expérience, d'avoir l'audace de l'interroger en vue de pouvoir commencer à comprendre le phénomène à l'étude, sans pour autant avoir d'emblée à confirmer ou encore à infirmer aucune hypothèse. Gauthier (2015, p.175) abonde dans le même sens en affirmant que :

L'intérêt de la démarche heuristique serait donc cette possibilité de produire de la connaissance unique et originale à partir de l'expérience d'un être singulier qui s'engage dans ce processus riche d'apprentissages expérimentiels et de production de savoirs contextuels, mais partageables.

Sur le plan opératoire, je voudrais m'appuyer sur les travaux de Craig (1978); Moustakas (1968); Gauthier (2015) et Leblanc-Casavant (2015), pour appréhender la manière de mener ma recherche heuristique selon des étapes cohérentes et distinctes sans être séparées, mais plutôt considérées comme un continuum processuel. Je vais donc m'appuyer principalement sur les travaux de Moustakas (1968) et ceux de Craig (1978), qui ont tous deux modélisé une manière de faire à partir de leurs thèses de doctorat. Le modèle de Moustakas est en sept étapes alors que celui de Craig qui m'inspire par sa simplicité a été réduit en quatre étapes. Les deux pionniers en recherche

heuristique insistent pour dire qu'il est important dans ce type de recherche, d'être intègre et de respecter la logique qui émane de sa propre démarche, de rester fidèle à son processus. Voici pour commencer la Modélisation de Craig.

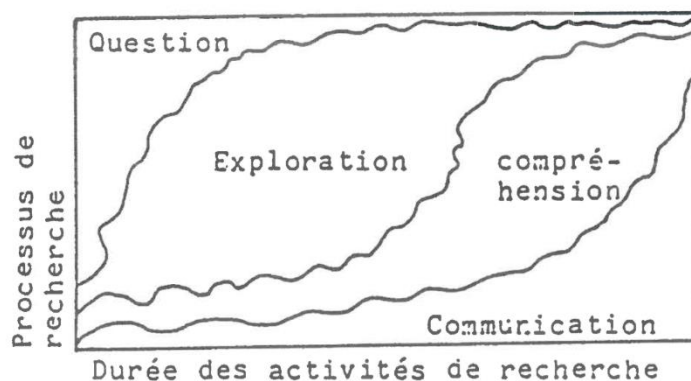


Figure 2 : Interrelation et séquence des processus heuristiques.

Pour Peter Craig (1978) les quatre étapes de la méthode heuristique n'ont pas la même fonction :

1. La question : La première étape signe l'émergence d'un objet de recherche qui commence avec un sujet qui devient conscient d'une question, ou encore préoccupé par un problème, personnel, relationnel, culturel ou professionnel. En ce qui me concerne, les conséquences du viol vécu à l'adolescence me poursuivent jusqu'aujourd'hui. Cette expérience a eu un impact ineffaçable sur ma vie, elle a changé le cours de ma vie et m'a obligée à m'adapter, à lutter pour retrouver du pouvoir sur ma vie et à devenir résiliente. Cette étude voudrait questionner ce chemin de vie fait de promesses et de misères.

2. L'exploration : explorer cette question, ce problème ou cet intérêt à travers l'expérience. Le terrain étant la vie personnelle, relationnelle et professionnelle de la praticienne chercheuse que je suis, c'est à travers ma propre expérience, mon itinéraire de vie que je vais faire mon exploration pour trouver des réponses à ma question. Je

vais mettre en dialogue les études scientifiques, mon expérience personnelle et professionnelle au cours de cette étape.

3. La compréhension : consister à tenter d'interpréter, en accueillant le sens et les connaissances qui émergent de mon chemin d'exploration, en vue de les systématiser pour construire des connaissances intelligibles et partageables.

4. La communication : Il est évidemment question d'organiser mes découvertes afin de pouvoir les rendre communicables par écrit, comme à l'oral, sous forme de mémoire, d'articles ou de formation des intervenants.

Bien que j'aie pris la décision de m'inspirer davantage du modèle Craig que je trouve plus simple, je tiens à ne pas laisser dans l'ombre le modèle de Moustakas qui présente les détails à ne pas perdre de vue dans le processus.

Mathieu Leblanc-Casavant (2015, p. 54) a réuni les deux modèles tout en veillant sur les correspondances dans le tableau de synthèse très éclairant, ci-après :

| MOUSTAKAS (1968) | CRAIG (1978) |
|--|--|
| 1. Une situation difficile qui génère une question ou pose un problème; | 1. La question : être conscient d'une question, d'un problème ou d'un intérêt ressenti de manière subjective. |
| 2. Une introspection solitaire qui provoque l'émergence d'une compréhension du sens de la solitude. Cette expérience peut être à la fois troublante et effroyable en même temps qu'elle peut être source de créativité; | |
| 3. Une conscience grandissante à travers une ouverture à la vie et aux expériences solitaires, à travers l'observation, l'écoute et la sensibilité et enfin à travers les conversations, dialogues et discussions; | |
| 4. L'immersion dans les régions les plus profondes de la solitude au point d'en faire l'essence de mon être, le centre de mon univers; | |
| 5. Une compréhension intuitive des « patterns » de la solitude, de ses aspects reliés entre eux et leurs différentes associations menant à l'émergence d'une vision et d'une conscience intégrées; | 3. La compréhension : clarifier, intégrer et conceptualiser les découvertes faites lors de l'exploration. |
| 6. Une meilleure clarification, description et épuration grâce à des travaux sur des existences et expériences caractérisées par la solitude et des publications sur le sujet; | |
| 7. La production d'un texte dans lequel sont projetées et expérimentées les différentes formes, qualités et aspects de la solitude, texte dans lequel on parle aussi bien du potentiel créateur de la solitude que de l'angoisse qu'elle génère. | 4. La communication : articuler ces découvertes afin de pouvoir les communiquer aux autres. |

Tableau 1 : Comparatif des étapes de la méthode heuristique de Moustakas et de Craig

3.3.2 Une recherche heuristique d'inspiration autoethnographique

La perspective autoethnographique m'a semblé très attirante dès le début de cette recherche, surtout que je pense et écris dans une langue qui n'est pas la mienne, sur un territoire géographique et culturel éloigné du lieu et de la culture au sein desquels j'ai vécu l'expérience que j'étudie dans le cadre de cette maîtrise. J'avais le sentiment que bien plus que les autres, j'avais besoin d'avoir une parole bien située pour ne pas me perdre et pour ne pas désorienter mes lecteurs et mes interlocuteurs tout au long de cette démarche.

Selon Ellis et Bochner (2011, p.273), l'autoethnographie est une « approche de recherche qui consiste à examiner de manière critique et réflexive les expériences personnelles pour comprendre les phénomènes culturels ». Cette méthode permet ainsi de mettre l'accent sur la compréhension subjective de l'expérience vécue et d'apporter une contribution importante à la recherche. En effet, j'ai eu besoin de prendre la posture d'autoethnographe pour revisiter mon histoire tout en la situant dans son contexte historique et culturel. Comme le soulignent Coffey et Atkinson (1996, p. 20), l'autoethnographie permet de : « montrer comment les personnes perçoivent, expérimentent et donnent un sens à leur propre expérience ».

Le processus d'écriture autoethnographique permet de saisir l'essence profonde de l'expérience et d'en rendre compte d'une manière authentique et émotionnellement impliquée, rationnellement critique et culturellement située. L'enjeu n'est pas d'en faire une analyse formelle, mais de témoigner du sens que revêt cette expérience pour ceux qui la vivent. Ainsi, c'est l'authenticité et la sensibilité du récit qui assurent la qualité du récit autoethnographique.

3.4 TERRAIN DE RECHERCHE

Je l'ai déjà mentionné, cette recherche se fait à la première personne du singulier. Mon terrain de recherche sera donc mon histoire de vie plus spécifiquement sur le versant, expérience de viol et de maternité précoce ainsi que le long chemin de

résistance et de résilience. Je pourrai aussi m'appuyer sur les expériences de praticienne auprès de jeunes mères adolescentes victimes de violences à caractère sexuel.

Comme l'indique Carolyn Ellis (2004, p.8), la recherche à la première personne est une approche qui permet de « comprendre et de donner du sens à son propre vécu, en lien avec des questions de recherche plus larges ». En d'autres termes, la praticienne-chercheuse que je suis s'appuiera sur son propre vécu pour explorer et témoigner de la profondeur et de la complexité de son itinéraire de résistance et de résilience, en tant que femme victime de viol ayant vécu une expérience de maternité précoce à l'adolescence. Ce qui m'intéresse le plus dans cette démarche est d'identifier les conditions qui ont soutenu mon chemin de résilience. Ainsi je serai en mesure de témoigner de mon expérience personnelle, mais aussi de m'appuyer sur mon expérience professionnelle vécue au Rwanda, lorsque j'ai eu à accompagner des jeunes mères qui comme moi avaient été victimes de viol. Cette recherche me permettra de « mettre l'accent sur l'expérience personnelle, les émotions et les réflexions sur les événements vécus » (Smith et Sparkes (2008), p. 24).

3.5 OUTILS DE PRODUCTION DES DONNÉES

Dans le cadre de cette recherche, je vais recourir à différents outils de production de données, tels que les récits phénoménologiques, le journal de recherche.

3.5.1 Récits phénoménologiques : « Je me souviens »

Depuis le début de ma formation à la recherche en étude des pratiques psychosociales, nous avons été initiés à l'écriture de récits d'expériences, textes courts écrits à la première personne du singulier, à l'indicatif présent, et totalement incarnés. Des textes à la fois sensibles et sensoriels, qui débutent toujours par la devise québécoise : « *Je me souviens* ». Comme aiment le dire nos formateurs, il s'agit de textes cinématographiques, qui ne laissent pas de place à l'interprétation, car les scènes sont fidèlement décrites.

Le récit phénoménologique permet de se concentrer sur les détails de l'expérience et les perceptions subjectives du chercheur.

3.5.2 Le journal de recherche

Dans une recherche menée à la première personne, le journal de recherche est un outil important pour documenter les réflexions et les expériences du chercheur pendant le processus de collecte des données. Comme l'a souligné Carolyn Ellis, le journal de recherche peut être utilisé pour « enregistrer des pensées et des réflexions sur le processus de recherche, sur les choix et les décisions prises, sur les sentiments, les doutes et les craintes qui peuvent surgir » (Ellis, 2004, p. 14).

Dans le cas de la présente étude, le journal de recherche est un élément clé dans le processus de production de données. Témoignant de sa propre démarche de recherche selon la même auteure, qui affirme avoir utilisé le journal de recherche pour documenter son processus, noter ses réflexions et ses expériences tout au long de processus de collecte de données. « Ce journal a été un moyen pour moi d'explorer mes propres réactions et sentiments en tant que chercheuse et survivante et de prendre du recul sur le processus de recherche dans son ensemble » (Ellis, 2004, p.21). Le journal de recherche me permet donc de prendre du recul sur mon expérience et mon processus, d'analyser mes propres réactions et de m'ajuster au fur et à mesure que j'avance dans ma recherche.

3.6 OUTILS D'INTERPRÉTATION DES DONNÉES

Dans le cadre de cette recherche, j'utilise une approche herméneutique pour interpréter les données. C'est une approche qui consiste à interpréter le sens des expériences racontées par le participant et à les relier à une compréhension plus large des phénomènes étudiés. C'est une approche qui nécessite une attention particulière à la manière dont les expériences sont exprimées et à la compréhension de la signification de ces expressions pour le participant. C'est aussi une approche qui implique un processus itératif d'interprétation, dans lequel les interprétations sont révisées en fonction des nouvelles données qui sont collectées au fil du temps. En ce qui concerne

les outils d'interprétation de mes données dans cette étude, j'utilise l'analyse thématique pour identifier les thèmes clés qui émergent de mon récit.

3.6.1 L'analyse en mode d'écriture

Faire le tour des travaux de Paillé et Mucchielli (2008) à propos de l'analyse qualitative en sciences humaines et sociales m'a permis de découvrir qu'il y a beaucoup de manières différentes de travailler l'interprétation des données qualitatives de recherche qualitative. Pour ces auteurs, le processus d'écriture constitue, lui aussi, une manière efficace et fiable d'interpréter les données de recherche.

Pour ce faire, il faut avoir l'audace de visiter et revisiter plusieurs fois ses données en vue de se familiariser avec elles et de s'immerger dedans pour pouvoir commencer à les entendre. Il devient alors possible d'en appréhender le sens et de se laisser féconder par ses propres données. Le processus d'interprétation des données devient donc un espace de création, d'apprentissage, de découverte et de transformation. De cette manière, l'interprétation de données en mode écriture devient une manière d'entretenir une relation de proximité avec ses données de recherche et avec le sens qu'elles contiennent.

Le chercheur peut ainsi commencer à intercepter de manière plus claire le sens caché des réalités vécues qui ne peuvent que se donner par résonance, à la sensibilité du sujet chercheur en relation étroite avec ses données. Comme le précise avec pertinence Niwemugeni (2018, p.72), dans ce contexte, « l'écriture se déploie sous forme d'un flux, elle supporte la confiance et donne lieu à une interprétation féconde, vivante et créatrice. Sa fluidité et sa malléabilité permettent au chercheur herméneute d'embrasser les bordures parfois incertaines de la réalité à l'étude ».

Depraz (1999) abonde dans le même sens en parlant de l'importance d'adopter une pratique d'écriture de type phénoménologique. À la suite de Depraz (1999) et de Morais (2014), Leblanc-Casavant (2015, p.59) précise que ce type d'écriture opère en trois phases. Dans un premier temps il conseille de rester attentif à l'émergence du sens

par la pratique de la suspension phénoménologique, qui garantit que le texte écrit repose sur une réelle expérience.

Dans un deuxième temps, le chercheur interprète veille à ce que le processus descriptif se concrétise grâce à l'utilisation des images fortes, des métaphores et des analogies éloquentes. Enfin il devient important de se souvenir que le temps de l'expérience diffère du temps de l'écriture et celui de l'évocation, il faut donc trouver le rythme juste qui favorise le dévoilement du sens. Comme le précise Leblanc-Casavant (2018, p.59) :

Lecture et écriture expérientielle procèdent d'un principe d'écriture, de lecture, de réécriture et de relecture successives tout au long du processus de recherche. On constate alors des boucles itératives d'écriture qui se déploient en couches récursives de sens qui se dévoilent à même l'acte d'écrire.

CHAPITRE IV

UNE EXPÉRIENCE DE MATERNITÉ PRÉCOCE

Nous voici au cœur du propos de ce mémoire, avec cette partie qui vise à présenter et interpréter mes données autobiographiques d'inspiration autoethnographique, dans la mesure où ce texte est soucieux de présenter non seulement l'expérience vécue, mais aussi de situer sociohistoriquement et socioculturellement les éléments biographiques que je vais relater ici. Je reviendrai donc sur mon expérience de maternité précoce dans un contexte de viol. J'aborde les défis liés à cette situation complexe, à mon cheminement de résilience ainsi qu'à mon expérience d'accompagnement des mères adolescentes, avec un souci de soutenir leur parcours de guérison.

4.1. NAITRE A NYAMIRAMBO AU MILIEU DES ANNÉES QUATRE-VINGT

Je suis venue au monde le 4 juin 1985 à Kigali, la capitale du Rwanda, dans un petit quartier populaire de banlieue appelé Nyamirambo, dans une famille aimante de huit enfants : cinq filles et trois garçons. J'ai également grandi avec deux cousines et deux cousins. C'étaient des enfants de ma tante maternelle, qui avaient perdu leurs parents et leurs frères et sœurs dans le génocide perpétré contre les tutsi en 1994 au Rwanda.

Je mesure aujourd'hui le grand privilège que j'ai eu de naître dans une famille unie et aimante, dans un quartier paisible. Nous nous entendions très bien avec tous nos voisins. Nous étions une famille soudée qui ne manquait de rien. Mes parents étaient instruits et travaillaient tous les deux. Mon père avait une formation en gestion des affaires et ma mère, une formation de technicienne de laboratoire médical. Mon père était gérant dans un grand hôtel à Kigali, alors que ma mère était laborantine dans un centre de santé. Ils travaillaient tous les deux très dur pour subvenir aux besoins de leur famille nombreuse.

« Le bien-être de la famille » était leur leitmotiv et ils faisaient tout pour que nous ne manquions de rien. Tous les enfants de la famille ont suivi des études de l'école primaire jusqu'aux études universitaires. C'est aujourd'hui, en tant qu'adulte, que je

réalise à quel point ils ont dû se dépasser et faire beaucoup de sacrifices pour subvenir aux besoins d'une si grande famille. J'ai beaucoup de gratitude pour mes parents et plus spécifiquement pour mon regretté papa qui nous a quittés trop tôt. Paix à son âme. Pour moi, mes parents sont de vrais héros. J'ai été témoin depuis ma tendre enfance du courage sans nom de ma mère et de sa générosité impressionnante, ainsi que de la détermination, de l'intégrité, du sens de responsabilité et de l'honnêteté de mon père. J'ai été très chanceuse de les avoir. Sans eux, je ne sais pas ce que serait devenue ma vie.

4.2. STOPPÉE EN PLEIN ENVOL – UNE SCOLARITÉ EN DENTS DE SCIE

J'ai commencé l'école primaire en 1992 à l'école primaire de Kivugiza, j'avais 7 ans. J'avais passé ma petite enfance à la maison, à l'abri de la cruauté du monde. Dans un milieu où j'ai été à la fois aimée et choyée. J'adorais aller à l'école. J'aimais apprendre, j'étais fière d'apprendre à lire et à écrire. J'étais ravie d'avoir de nouveaux amis. J'aimais jouer. Je multipliais les jeux. La seule difficulté que j'avais était liée à ma condition de gauchère. Je me faisais battre à l'école lorsqu'on me surprenait en train d'écrire avec la main gauche. J'ai appris de force à écrire au tableau avec ma main droite. Je suis une gauchère frustrée qui a dû apprendre à écrire comme tout le monde, répondant au devoir de s'adapter à la majorité, en sacrifiant ma propre nature.

En avril 1994, alors que j'étais en troisième année primaire, pendant nos vacances de Pâques, la guerre nous est tombée dessus. Une guerre qui allait devenir un génocide perpétré contre les Tutsis. Je me souviens que c'était une année où notre maîtresse voulait à tout prix que j'apprenne à écrire avec ma main droite, et cela a été une expérience très difficile pour moi, mais j'ai fini par y parvenir. Je me souviens que parfois quand j'allais au tableau, j'écrivais avec ma main droite tandis que je revenais à ma main gauche quand je me rasyais à ma place. Cet exercice m'a aidée à devenir ambidextre même si mes premiers réflexes étaient d'utiliser ma main gauche.

Je me souviens du début du génocide. Comme nous étions en période de vacances scolaires, nous étions tous à la maison. En ce temps, je me rendais compte que ma mère devenait de plus en plus inquiète à cause de l'insécurité qui prévalait dans la ville de

Kigali. Elle parlait tout le temps au téléphone avec ses frères qui faisaient partie des forces rebelles combattant le régime génocidaire. C'est ainsi que ma famille décida d'envoyer deux de mes sœurs, mon frère et moi-même chez notre grand-père paternel qui habitait dans le sud du pays, plus précisément à Ruhango.

Mes parents et notre petite sœur, eux, restèrent à Kigali. C'est pendant la même année d'ailleurs que ma mère mit au monde un petit garçon.

Le génocide fut donc déclenché alors que nous vivions chez notre grand-père. Les adultes nous protégeaient et ils ne voulaient pas qu'on entende des horreurs qui se disaient en cette période-là, mais nous pouvions tout de même constater une situation d'insécurité. Je me souviens que notre grand-père, qui était un chrétien pratiquant, nous réunissait tous au même endroit et priait pour que les massacres s'arrêtent. Évidemment, je ne comprenais pas ce qu'il voulait dire, mais notre grand-père nous demandait de nous purifier pour pouvoir hériter du royaume des cieux, car nous n'étions pas à l'abri du danger. Au fur et à mesure que les massacres devenaient de plus en plus atroces, nous commençâmes à passer la nuit chez les voisins qui, visiblement, se sentaient moins en danger que nous. Parfois on allait chercher refuge chez eux, et parfois on allait passer la nuit dans des champs de sorgho. En cette période, les champs de sorgho ont servi de refuge pour beaucoup de gens qui fuyaient les tueries. Après trois semaines, nos parents et notre petite sœur ont fini, eux aussi, par venir s'installer chez grand-père. Pour quitter Kigali vers Ruhango, en pleine période de tueries, ils ont dû contourner différents lieux dangereux pour échapper à la mort.



Figure 3 – Carte du Rwanda en 1994

Après l'arrivée de nos parents, l'entourage a dû se rendre compte que toute la famille s'était réfugiée chez notre vieux grand-père. C'est pour cela que le lendemain, nous nous sommes réfugiés sur une autre colline chez un ami proche de notre grand-père. Nous passons des journées, cachés à l'intérieur de la maison, mais les soirs nous allions nous cacher dans des buissons et dans des champs de sorgho. C'est mon grand-père seul qui restait à la maison pendant la nuit, car il s'en était déjà remis à Dieu.

Je me souviens d'un de ces jours où nous étions cachés alors que j'avais une toux aigüe. Ce jour-là, nous avons failli mourir, car un groupe de tueurs qui passait à côté de notre cachette a entendu quelqu'un qui toussait et l'un d'eux les a alertés. Quand ma tante les a aperçus, elle a mis sa main sur ma bouche pour atténuer le bruit de ma toux, mais Dieu aidant, ils ont décidé de continuer leur chemin en se disant que c'était une fausse alerte. Un autre jour, alors que nous étions dans les buissons, nous avons

aperçu un serpent qui venait vers nous, et nous avons décidé de ne pas bouger, heureusement le serpent a continué son chemin.

La vie a continué ainsi jusqu'à ce que les combattants du FPR aient conquis notre colline. Je me souviens du jour où trois combattants du FPR sont arrivés chez mon grand-père pour demander un meilleur raccourci qu'ils pourraient emprunter pour arriver à leur destination. En parlant avec les adultes, j'ai remarqué qu'ils s'étaient reconnus comme s'ils se connaissaient bien avant. Quand on leur a proposé quelque chose à boire, les trois soldats ont accepté, puis ils nous ont ordonné de les suivre. C'est ainsi que nous sommes allés au camp des déplacés de Rwabusoro près de la frontière burundaise.

Après le génocide, on dénombrait douze victimes dans la famille de mon père et quarante personnes tuées dans la famille de ma mère. Je me souviens de ma cousine Majigija, fille de ma tante maternelle qui habitait à Nyakabanda (Kigali) et qui a été massacrée avec son mari et leur fille avant d'être jetée dans une fosse commune près de chez eux. Certains des membres de ma famille ont été jetés dans la rivière Nyabarongo, mais pour d'autres nous ne savons ni l'endroit, ni comment ils ont été tués ! Nos cousins, les enfants de ma tante maternelle qui ont survécu aux massacres après avoir perdu leurs parents ont été ramenés dans ma famille. J'ai aussi entendu parler d'un oncle maternel qui a été tué alors qu'il essayait de rejoindre le domicile de celui qu'il considérait comme son ami intime. J'ai même entendu dire que c'est cet ancien ami qui lui aurait tiré dessus ! Je n'avais que neuf ans au moment où nous traversions cet enfer. Je ne suis pas en mesure actuellement de réaliser la profondeur de l'expérience que j'ai vécue à ce moment. J'ai le sentiment que j'étais trop jeune pour tout comprendre, ce qui devait forcément alléger ma manière de vivre cette situation. Mais je me souviens aussi de l'intensité de la peur qui nous habitait à l'époque sans pour autant savoir ce qui me reste de cette expérience aujourd'hui.

Un an après la guerre, j'ai pu reprendre mes études, juste après le génocide, mais cette fois-là, c'était à Camp Kigali Primary School. Cette école fut l'une des écoles qui étaient fréquentées seulement par des enfants des dignitaires du régime en place avant 1994, mais dans la période post-génocide on y trouvait les enfants issus de toutes les classes sociales.

Il y avait tout de même un petit bémol dans la façon dont nous menions nos études. Dans ma propre famille, et dans la plupart des familles rwandaises, ce sont les jeunes garçons à qui l'on donnait le plus de chance de fréquenter des écoles prestigieuses et nous, les filles, étions reléguées au second plan. Pour Bouchard & Cloutier (1998, p.2) :

Les rapports sociaux de sexe sont à l'œuvre dans l'institution scolaire tout comme dans l'organisation du travail. Ils traduisent les rapports de pouvoir qui structurent les sociétés patriarcales : tendance à contrôler le savoir et à maintenir les femmes dans les sphères d'emploi les moins prestigieuses, les plus précaires et sous-payées, dans les ghettos d'emploi féminins et le travail domestique ; résistance des femmes par des stratégies individuelles pour se faire une place et par des luttes collectives pour transformer le rapport au savoir et au travail. Ces résistances expriment sans aucun doute une volonté d'émancipation personnelle et sociale. L'éducation et la formation sont ainsi vues par les femmes comme des avenues de développement et de renforcement même si elles ne sont pas garantes de l'égalité sociale.

Heureusement cette mentalité n'est plus d'actualité, car aujourd'hui au Rwanda de plus en plus, du moins en ville, tous les enfants, garçons et filles semblent pouvoir bénéficier des mêmes chances face à l'éducation. J'ai donc fait mon école primaire de manière paisible, dans un contexte où tout le pays était en période de reconstruction après la grande destruction. La reconstruction des bâtiments, des personnes, des communautés, des organisations, bref, de la nation tout entière.

4.3. UNE ADOLESCENCE EMPÊCHÉE

Depuis ma plus tendre enfance, j'avais remarqué que nos parents tenaient tellement à ce que leurs enfants, aussi bien les filles que les garçons puissent avoir accès aux études et réussir leur scolarité. Ils nous éduquaient avec rigueur et surveillaient les fréquentations de mes grands frères et sœurs. Nos parents ne voulaient pas que leurs enfants se fassent influencer au risque de verser dans la délinquance. Ainsi, je suis devenue une adolescente calme, sage, studieuse qui faisait très attention à ses moindres faits et gestes, et à ses relations. Je ne pouvais même pas fréquenter facilement les autres

filles de mon âge qui habitaient le même quartier que moi. Quant aux garçons, ils m'aimaient et ils voulaient sortir avec moi, mais je restais catégorique, mes études étaient ma priorité. Je voulais vivre dans le respect et la crainte de mes parents. Pourtant je ne cessais pas de recevoir régulièrement tout un tas de petites lettres d'amour venant des garçons de ma classe.

Je me souviens d'un garçon qui venait quelques fois chez nous pour rendre visite à ma grande sœur, leur relation et leur fréquentation étaient très discrètes pour ne pas dire secrètes. Cela me laissait penser que je ne pouvais, sous aucun prétexte, m'afficher avec un garçon de peur que mes parents me punissent. Je n'osais pas m'aventurer à avoir un petit ami que ce soit à l'école ou dans notre quartier. Mes parents étaient très protecteurs vis-à-vis de leurs filles. Les garçons, nos frères pouvaient vivre librement leur adolescence, mais nous les filles, étions sous surveillance parentale. Nos parents étaient très sévères, ils disaient vouloir nous protéger, car ils se méfiaient de l'environnement dans lequel ils élevaient leurs enfants.

Dans ma première école secondaire, les fréquentations des filles et des garçons n'étaient pas autorisées non plus, car nous étions dans une école musulmane. Tout devait donc se faire selon la réglementation de la religion musulmane. Dans notre classe, les garçons devaient s'asseoir d'un côté et les filles de l'autre côté. En dépit de toutes ces restrictions, certains élèves parvenaient quand même à flirter en cachette. Moi, je craignais de décevoir mes parents ou encore de m'attirer leur colère, je restais tranquille dans mon coin et je prenais soin de ma réputation de bonne élève.

4.4. MON PLUS GRAND CAUCHEMAR

J'ai commencé mes études secondaires en 1998 dans une école secondaire scientifique islamique appartenant à la communauté musulmane. C'était une école privée. Ma mère travaillait pour la même communauté dans un dispensaire qui était juste à côté de notre école. C'est elle-même qui m'avait trouvé une place dans cette école.

C'est dans cette école qui m'avait si bien accueillie au début de mes études secondaires que j'ai vécu l'évènement traumatisant qui allait faire basculer toute ma vie. Je n'avais que 15 ans, j'étais inscrite en deuxième année du secondaire. L'une des valeurs fondamentales que l'on devait avoir à l'école, était l'obéissance envers les administrateurs scolaires. Les autorités scolaires étaient non seulement les responsables de l'école, mais elles étaient aussi les représentants de nos parents, car elles étaient censées agir comme tel.

Il y avait entre autres : le Directeur de l'école qui était secondé par le préfet des études et le préfet de discipline. Il n'y avait que des hommes dans les postes de pouvoir dans cette école, comme dans la plupart des institutions musulmanes que je voyais autour de nous.

Chaque fonction avait ses responsabilités spécifiques, mais il incombait à toute l'équipe dirigeante la responsabilité de faire régner l'ordre au sein de l'établissement et de veiller à la qualité de l'enseignement et au bien-être des élèves, des autres professionnels et des enseignants. Nos parents savaient que leurs enfants étaient entre de bonnes mains, ils leur faisaient confiance si bien que dans d'autres écoles possédant un internat, les parents confiaient l'argent de poche de leurs enfants aux autorités scolaires pour qu'ils ne le gaspillent pas. C'est ainsi que les autorités avaient le devoir de nous éduquer, mais aussi le droit de nous sanctionner en cas de fautes.

Évidemment, certains parmi eux abusaient de leur autorité et brisaient les règlements scolaires. C'est ce que notre préfet des études avait l'habitude de faire. C'était un homme dont je n'arrivais pas à savoir s'il était marié ou pas. Il avait l'habitude de me convoquer de temps en temps alors qu'on était en plein cours. Chaque fois qu'il me convoquait, il disait qu'il voulait savoir si tout allait bien. Comme ma mère travaillait au laboratoire de l'école, je croyais qu'il veillait sur moi, par amitié pour ma mère. J'avais été socialisée ainsi, il fallait obéir, se soumettre aux demandes des autorités scolaires, respecter les hommes et les personnes plus âgées. Je n'avais aucune raison de penser que le préfet des études pourrait avoir de mauvaises intentions.

Un jour, alors je m'apprêtais à rentrer à la maison après l'école, le préfet des études me convoqua une fois de plus dans son bureau. À mon arrivée, il me demanda

comme d'habitude, si mes études allaient bien. Je répondis que oui comme à chaque fois qu'il me posait cette question, et lui me dit qu'il souhaitait ma réussite. Mais ce soir-là, contrairement à ses habitudes, il se leva de son siège pour aller fermer la porte de son bureau. Tout à coup, je me sentis en danger !

Il commença alors à m'adresser de petits mots pleins de compliments tout en s'avançant vers moi pour toucher mon corps. J'eus tellement peur que je voulus courir vers la porte ou crier, mais je n'eus pas eu la force de le faire ! J'étais totalement figée ! Incapable de bouger, incapable de sortir un son.

J'assistai alors impuissante et totalement désemparée à mon propre viol. Je n'avais que 15 ans et ce que je redoutais venait de m'arriver ! Cet homme, qui aurait pu être mon père, notre préfet des études, la seconde personnalité la plus importante de notre école après le directeur m'a violée, sans jamais demander mon consentement et il m'a ensuite demandé de rentrer et de ne jamais parler de ce qui venait de m'arriver. Il menaçait de me chasser de l'école si jamais j'en parlais à qui que ce soit.

Je suis rentrée tête basse, j'avais mal au cœur et au corps, je me sentais honteuse et peureuse et je n'ai pas eu le courage de dénoncer mon violeur de peur que la nouvelle se répande dans toute l'école et même au-delà de l'école. De toute façon, vu que mon agresseur était l'un des responsables de cette école, je ne me suis jamais dit que quelqu'un pouvait me croire. Pour reprendre les mots de Ntsame Nze (2020, p.119) :

Les élèves victimes ne font pas assez confiance aux personnels d'encadrement pour se confier. Parce que ces derniers se fient sur des faits de filles coupables de tentatives de séduction sur des enseignants pour généraliser et accuser toutes les filles et même les victimes.

Je me suis sentie souillée et je n'ai pu en parler à personne. Malheureusement, les conséquences de cette cruauté ne se sont pas fait attendre, car après seulement un mois, je n'ai pas eu mes règles menstruelles. J'ai commencé à avoir les nausées et les vomissements, mais j'essayais de me convaincre que je devais être malade, je ne pouvais envisager l'idée que ce soit une grossesse.

Avec tous les chocs que subissait ma vie de jeune adolescente et les changements qui s'opéraient dans mon corps, j'allais de mal en pis et je n'ai pas eu d'autres choix que de parler à ma mère, sans toutefois lui raconter toute l'histoire d'agression sexuelle ni lui dire que je craignais de découvrir que j'étais enceinte. Elle me donna des calmants pour apaiser mes douleurs, et on en est restées là. Elle n'était au courant de rien, et elle ne pouvait aucunement soupçonner que sa petite fille avait déjà vu et vécu le pire.

Alors que je me sentais de plus en plus mal aussi bien physiquement que psychiquement et que j'étais enfermée dans mon terrible secret, j'ai pris la décision d'avouer à mon agresseur le calvaire quotidien que je subissais et le mal qui me rongait à l'intérieur. Il m'a écoutée attentivement, mais aussi totalement ennuyé et après réflexion il m'a proposé deux options soi-disant pour nous débarrasser du problème et il m'a dit :

- « C'est vrai que ça craint, mais moi je ne vois que deux solutions. Soit on cherche quelqu'un qui t'aide à avorter, soit tu deviens ma deuxième femme. »

- « ...Ta deuxième quoi ? mais tu es sérieux ou quoi ? Parce qu'il suffit d'agresser une personne, et l'obliger à devenir ta femme ? C'est bien ça ton raisonnement ? Une femme de quinze ans, ça existe ça ? Et mes études, on en fait quoi ? On jette tout ça à la poubelle pour tes conneries ? »

Après cette conversation qui m'a profondément bouleversée, j'ai pris la décision d'informer ma famille de toute cette mésaventure qui était en train de m'isoler et de me tuer de l'intérieur. Annoncer à ma famille que j'étais enceinte et toute l'histoire derrière ma grossesse n'a pas été une chose facile. Au départ je ne voyais pas comment j'oserais me pointer devant ma mère et lui dire : « Maman ! je suis enceinte ! ». C'était inenvisageable, mais je me suis dit que je pouvais chercher une personne intermédiaire pour le faire à ma place. C'est pour cela que je me suis adressée à une cousine qui vivait à la maison, lui laissant croire que je ne me sentais pas bien, mais que j'ignorais ce qui se passait dans mon corps.

Ma cousine, pour me répondre, me dit : « Ne serais-tu pas enceinte par hasard, ma petite Mariam ? ». En fait, elle me taquinait, mais comme je n'étais pas d'humeur à faire des blagues, elle remarqua tout de suite que quelque chose clochait. Alors, je lui racontai tout de A à Z, et elle me promit de voir comment l'annoncer à ma mère. Ma mère, à son tour, chercha comment annoncer la terrible nouvelle à mon père.

Mon père éprouva une grande colère envers mon agresseur et une grande tristesse vis-à-vis de ma situation ! Il était totalement enragé, il ne voulait qu'une chose, voir mon agresseur croupir en prison et payer pour ses actes. Cependant, il n'est pas allé porter plainte à la police. La mentalité de l'époque voulait surtout qu'on règle de tels problèmes sans faire trop de bruit, car c'est toute la famille qui porte la honte.

Mes parents étaient atterrés, ils se sentaient coupables de ne pas avoir pu me protéger tout en portant la honte d'avoir une enfant si jeune déjà enceinte, et donc considérée par l'opinion publique comme une femme facile. Aux yeux du monde, et même à l'intérieur de ma propre famille, il était évident que si j'étais enceinte à 15 ans, c'était forcément de ma faute et je devais porter le poids d'avoir déshonoré les miens. Mon père meurtri a décidé de prendre soin de sa fille, de ne pas faire trop de bruit autour

de cette histoire, dans une situation socioculturelle d'après-guerre encore chaotique et pleine d'insécurité dans plusieurs domaines.

Ma mère, quant à elle, était très éprouvée. Cette situation lui était très inconfortable. Évidemment, si sa fille était enceinte, c'est qu'elle ne l'avait pas bien élevée. Dans ces contextes, les femmes et surtout les mères, ont le dos large. Cependant, elle est restée proche de moi, elle m'a crue, et elle avait tellement de peine que sa petite fille ait eu à vivre de telles atrocités, surtout par une personne adulte qu'elle connaissait si bien. Elle se sentait très coupable certes, mais elle a toujours été là pour me reconforter !

À l'époque, se retrouver enceinte dans la société rwandaise, quelles que soient les circonstances de la grossesse, était la pire chose qui pouvait arriver à une jeune fille. Ma mère était vivement affectée par cette situation, dans une culture qui expose les filles-mères et leurs parents au risque de devenir la risée de toute une communauté ou encore un objet de sa pitié. Ma mère souffrait et espérait avec moi, elle avait juré de soutenir sa fille quoi qu'il arrive. Je suis encore émue aujourd'hui, quand je pense au support de ma famille.

Je continuai à aller à l'école comme si de rien n'était, mais au bout de quelques mois mon physique commença à changer. Les autorités scolaires furent alors mises au courant de la situation et décidèrent de m'expulser définitivement sans vouloir savoir ce qui m'était arrivé. J'étais punie d'avoir été violée alors que mon agresseur était encore à son poste avec le risque de violer encore d'autres élèves. Quelle injustice ! Je n'en reviens toujours pas aujourd'hui, de cette absurdité.

4.5. LES RÉACTIONS DE MON ENTOURAGE

Ce fut un vrai désastre dans ma famille élargie, car après mon renvoi de l'école je n'osai plus sortir de chez nous. Certains membres de ma propre famille n'ont pas été tendres avec moi à cause de cette grossesse, tandis que d'autres m'ont montré le vrai sens de la fraternité. Quand il y avait des visiteurs chez nous, je ne voulais pas les approcher. Je m'isolais dans une chambre jusqu'à ce qu'ils repartent. Je vivais avec un

énorme sentiment de honte et de culpabilité ! Comme si toute la société, y compris parmi nos proches, me faisait porter la responsabilité de mon agresseur.

Une fois venu le moment d'accoucher, c'est ma famille qui s'est occupé de tout. Certains membres de ma famille, longtemps restés fâchés contre moi, ont dû faire avec cette situation, car rien ni personne ne pouvait changer quoi que ce soit. J'ai accouché d'une fille très mignonne, après deux jours de travail. J'ai vécu un accouchement trop difficile et j'ai failli y laisser ma peau. J'ai eu une énorme hémorragie post-partum après cet accouchement éprouvant pour mon corps et ma psyché d'enfant. Après m'être remise de cet exigeant accouchement, j'ai été capable d'accueillir ma fille avec une grande facilité. Je l'ai aimée dès le premier regard. J'imagine que l'amour sans faille de mes propres parents, m'a permis de donner de l'amour à mon tour à mon enfant. Ce qui est une bénédiction, vu l'histoire difficile de sa conception. J'ai une gratitude infinie pour mes parents, car ils nous ont accueillies et supportées toutes les deux d'une manière absolument exemplaire. Je souhaiterais cela à toutes les personnes qui font face à la maternité précoce. Par ailleurs, les membres de ma famille qui n'ont pas eu l'élégance de nous supporter et de nous accueillir sans jugement et sans railleries ont dû apprendre progressivement à aimer ma fillette et à aimer la si jeune mère que je devenais, alors que j'étais moi-même encore un enfant.

C'est après mon accouchement que je suis réapparue en dehors de chez nous. J'ai recommencé à m'ouvrir à la vie et aux relations sociales. Nos voisins ne m'ont surtout pas ratée, ma vie de recluse avait attisé leur grande curiosité qui avait fini par devenir malsaine. Ils entendaient que j'étais enceinte sans pour autant le vérifier par eux-mêmes, ils attendaient impatientement que je réapparaisse en public pour me fixer d'un regard moqueur. Il y en avait même qui se marraient en disant : « Tiens, tiens ! vous l'avez vue la fameuse voisine qui nous a chopé une bâtarde ? La voilà ! C'est bien elle qui vient de passer, mais quelle honte putain ! »

Après une année, j'ai repris mes études, mais cette fois-là, dans une autre école. J'étais contente de reprendre mes études, mais mon calvaire ne s'est pas arrêté là. Des voisins fréquentaient la même école que moi et trouvaient du plaisir à balancer tout ce qui se disait à propos de moi. Comme si je n'en avais pas assez bavé, je fus étonnée de constater que le secrétaire de ma nouvelle école voulait me faire des avances, mais

celui-là, je l'ai envoyé sur les roses avec un sentiment de dégoût ! À l'époque, je détestais les hommes du monde entier. Je les prenais tous pour des prédateurs !

Le monde de mon adolescence devait être plus fou que celui d'après ! Actuellement, j'ai le sentiment que la nouvelle législation a dû montrer à tous les prédateurs et pervers qu'ils n'avaient pas leur place dans notre société. Parfois, j'oublie même que durant le cycle supérieur de mes études secondaires, un préfet a voulu afficher envers moi la même perversion, qui était à la mode me semble-il, mais cette fois-là, c'est la directrice qui l'a sèchement recadré. Elle a, elle-même, dû se rendre compte que l'homme en question avait un comportement indécent vis-à-vis de moi, malgré ou grâce au pouvoir et aux responsabilités que lui conféraient ses fonctions.

4.5.1 Quid du père du bébé ou plutôt du géniteur ?

Sa vie a suivi son cours comme si de rien n'était, jusqu'à ce que l'enfant atteigne dix ans ! On avait coupé les ponts, car je n'éprouvais aucune envie de lui parler. Lui non plus n'a pas voulu prendre des nouvelles de nous, et tout cela a créé en moi une rancœur et une colère contre tous les hommes de la terre. Je vivais un grand sentiment d'injustice et d'incompréhension.

Je me souviens de cette conversation que j'ai eue avec mon père onze mois après la naissance de ma fille. Il m'a fait comprendre que je devais prendre ma vie en main et reprendre le chemin de l'école. Il a ajouté que quand une fille a eu un enfant hors mariage, le monde masculin ne s'intéresse plus à elle, sauf pour dire d'elle qu'elle est une fille facile. Il m'a donc dit que la reconstruction de ma vie était la seule priorité du moment. La conversation que j'ai eue avec mon père a réveillé une grande colère que j'avais contre tous les hommes ! J'ai replongé dans ma colère et je me suis demandé ce qui pouvait pousser un homme marié à violer une jeune fille et lui proposer l'avortement qui était une pratique illégale et pouvait éventuellement causer, à la fois, la mort du fœtus, ma propre mort ou même me conduire en prison !

4.6. LE SOUTIEN FAMILIAL DE MA PARENTALITÉ PRÉCOCE

Le viol que j'ai subi a été le tournant de ma vie, et par conséquent, ma vie parentale n'a pas été non plus un fleuve tranquille. Comme je vivais chez mes parents, ma fille savait que mon père était le père de tous, elle comprise ! En effet, quand ma fille avait seulement onze mois, j'ai repris mes études à l'internat. Pendant mon absence, c'est ma mère qui s'occupait pleinement d'elle. Comme elle allaitait notre petite sœur, elle a dû les allaiter toutes les deux et il n'y a eu aucun problème. J'ai donc pu faire les cinq années secondaires sans me faire aucun souci puisque ma fille était entre de bonnes mains. Le soutien de ma famille était d'une puissance bouleversante. Cela avait été tellement fluide que ma fille avait fini par croire qu'elle était la fille biologique de mes deux parents. Cependant, de temps en temps, elle entendait des gens dire qu'elle était plutôt ma fille. Ce qui semait de la confusion dans son esprit et elle demandait alors des explications.

C'est quand elle s'apprêtait à terminer l'école primaire que j'ai pris le temps de lui expliquer qu'elle était effectivement ma fille. Au début, elle n'a pas aimé entendre qu'elle était mon enfant, car elle aimait beaucoup ses grands-parents et elle était si fière d'être leur fille. On a appris à s'appivoiser petit à petit en tant que mère et fille et on y est parvenues. Cependant, ce ne fut pas facile de lui expliquer qu'elle avait un père autre que celui qu'elle voyait tous les jours à la maison.

4.7. APPRENDRE À ASSUMER NOTRE HISTOIRE

En 2010, alors que ma fille venait d'avoir 10 ans, j'ai consenti de peine et de misère à lui présenter son père suite à ses demandes insistantes. Elle commençait à grandir et à entendre dans les conversations de notre entourage que c'était moi sa maman et non ma mère, et elle commençait à comprendre qu'elle ne pouvait pas avoir le même père que sa maman. Elle demandait de plus en plus que je lui dise qui était son père. Ce n'était pas facile pour moi, je ne voulais pas retourner sur les traces de cette histoire douloureuse, tout comme je ne voulais pas qu'elle sache les conditions de sa conception. Je n'avais plus de relations avec cet homme et je n'avais aucune envie d'entrer en contact avec lui.

C'est au cours de la même année, que le gouvernement rwandais a décidé de remplacer le français par l'anglais comme la langue d'instruction à l'école. Il m'est venu l'idée d'envoyer ma fille continuer ses études en Ouganda pour apprendre l'anglais. Comme l'un de mes frères vivait en Ouganda, je me suis dit que si ma fille pouvait déménager chez lui, elle pourrait y trouver l'opportunité de bien pratiquer l'anglais, ce qui à mon avis permettrait de simplifier sa scolarité.

C'est ainsi que j'ai mûri l'idée et j'ai dû la communiquer à son père. En effet, même si son père ne l'avait jamais reconnue officiellement, j'ai toujours veillé à indiquer son nom dans les papiers officiels de ma fille. Or, pour sortir un enfant mineur du pays, cela nécessitait l'autorisation des deux parents. C'est ainsi que j'ai dû revoir le père de ma fille pour une concertation et une collaboration autour de ce projet. Le père de ma fille ne s'est pas opposé à mon initiative et même s'il craignait que les gens sachent qu'il avait un enfant en dehors de son mariage, il a consenti à ce qu'on se rencontre pour signer les papiers d'immigration vu que notre fille était encore jeune, pour aller faire son année scolaire en Ouganda. Avant d'entamer cette démarche, j'ai décidé d'organiser une rencontre entre le père et la fille, et c'est ma cousine qui m'a aidée à amener ma fille à l'endroit où son père travaillait.

Je crois que c'était un choc pour lui de voir cette fille qu'il n'avait jamais vue, qui avait été conçue dans des conditions d'abus et qui débarquait ainsi sans prévenir dans sa vie. À leur retour de cette première visite, ma cousine me rapportait que le père n'avait pas été capable de manifester la joie de connaître sa fille. Celle-ci ne s'est pas sentie accueillie non plus.

Le jour où nous sommes allés signer les papiers d'immigration pour notre fille, j'ai bien remarqué que son père m'a longuement observée. Il a dû remarquer que je n'étais plus l'adolescente sage, timide et vulnérable dont il avait abusé une dizaine d'années auparavant. Je venais de terminer mes études secondaires, j'avais traversé plusieurs épreuves et j'avais acquis de la maturité et de la santé. J'avais un travail, j'étais en santé physique, psychique et spirituelle, j'avais gagné de l'estime pour ma personne et pour mon chemin de résilience et de résistance. J'étais rayonnante et j'avais surmonté mes traumatismes autant que possible. À partir de ce jour-là, il a commencé

à s'intéresser de plus en plus à moi et pas à sa fille ! Sans scrupule, cet homme s'est mis à m'appeler à plusieurs reprises avec une multitude de compliments comme quoi j'étais devenue plus belle que jamais, qu'il se sentait attiré par moi, et que par conséquent il aimerait qu'on se rapproche davantage. J'étais scandalisée, outrée, insultée et dégoûtée.

Je lui ai dit qu'il ferait mieux de s'occuper des responsabilités parentales, car notre fille allait s'installer dans un pays étranger alors qu'elle était encore jeune. Effectivement, elle est partie étudier en Ouganda et elle a passé deux ans là-bas. Il n'a en aucun cas contribué à son séjour à l'étranger. Malgré cela, il se permettait de m'appeler comme si l'on avait une relation normale. Je lui ai alors fait savoir qu'il était en train de faire une fausse route en s'intéressant à ma vie sentimentale. Au fond de moi, je ne voulais surtout pas qu'il gâche les premiers contacts avec sa fille en mélangeant ce que je voyais comme des pulsions sexuelles, avec la nécessité d'assumer ses responsabilités parentales.

Bien qu'il soit musulman, cela m'importait peu de savoir que la loi islamique lui permettait d'épouser une seconde femme. Je ne voulais en aucun cas devenir la femme de mon abuseur, ni d'ailleurs être la seconde épouse de qui que ce soit. Nous avons un passé lourd, des contentieux jamais réglés et voilà qu'il avait encore le culot de vouloir me parler de romance. Je crois qu'il s'est vite rendu compte que je n'étais plus la même adolescente naïve et innocente dont il avait brisé les rêves. J'étais révoltée par l'idée qu'il puisse se permettre de me courtiser. Il devait penser que de toute manière, je n'étais qu'une fille-mère, dont personne ne voudrait. Comme ça, je pourrais me rabattre sur n'importe qui, même mon abuseur ! C'était humiliant. Ainsi donc, je serais supposée être une femme vulnérable, à jamais condamnée par le fait de ma maternité précoce. Je ne pouvais en aucun cas accepter que cette règle sociale implicite puisse m'enfermer à jamais dans un rôle de victime. Mon père a travaillé fort pour me donner les moyens de mon émancipation.

4.7.1. Faire face à l'inattendu !

Ma fille se rendait compte que le courant ne passait pas entre son père et moi puisqu'on ne se voyait jamais. Il n'arrivait pas non plus à tisser un lien signifiant avec elle. J'essayais de ne pas parler en mal de son père, mais quand même, je ne parlais pas de lui en bien non plus. Je voulais le tenir loin de moi, j'en avais besoin pour ne pas vivre dans le ressentiment.

L'ironie du sort a fait que, vers l'âge de 13 ans, ma fille a fait la connaissance d'un jeune garçon à son école avec qui elle s'entendait très bien. Ils commençaient leur adolescence et ils étaient tous les deux à l'âge des premiers amours. Elle était fière et heureuse d'avoir un si gentil petit copain. Un jour, elle remarqua que son copain avait posté sur les réseaux sociaux une photo d'un homme ressemblant à celui qu'on lui avait présenté comme étant son père. Immédiatement, ma fille demanda à son copain qui était l'homme qu'elle voyait sur ses réseaux sociaux, celui-ci lui dit que c'était son père.

Quelques jours plus tard, elle me demanda si son père avait d'autres enfants, et je lui répondis que je n'en savais rien, mais que je pouvais lui demander si cela l'intéressait. Admettons que moi, personnellement, je n'étais pas du tout intéressée à connaître la vie que menait cet homme. Ma fille a alors continué à enquêter jusqu'à ce qu'elle découvre que son copain n'était autre que son demi-frère. Cette découverte l'a énormément peinée, car elle aimait profondément ce garçon. C'est une nouvelle qui m'a aussi terriblement bouleversée ! Je ne connaissais pas le petit Abdoul et je n'avais rien à dire à ma fille le concernant. J'ai donc demandé à ma fille de m'accorder un peu de temps pour chercher plus d'information sur Abdoul afin de pouvoir en parler d'une manière plus cohérente. J'ai vite téléphoné au père et je lui ai demandé s'il avait un fils qui s'appelait Abdoul. Lorsqu'il a dit qu'il avait bel et bien un fils portant ce prénom, je lui ai demandé un rendez-vous pour en discuter avec lui et il me l'a accordé.

Le jour du rendez-vous, je lui ai tout d'abord demandé si sa femme était au courant de l'enfant qu'il avait eu avec moi, et il m'a dit que celle-ci n'en savait rien. Je lui ai demandé s'il pouvait l'annoncer à la mère du garçon vu la situation intenable dans laquelle nous étions. Il me répondit qu'il suffisait d'informer la fille que son petit copain était son demi-frère et que par conséquent leur copinage ne devait pas aller trop loin.

Comme je n'étais pas satisfaite de la solution proposée, je lui ai demandé de me donner le numéro de téléphone de sa femme pour que toutes les deux nous puissions chercher une solution adéquate, mais il refusa de me de le donner. C'est ainsi que je me suis adressée à un des membres de leur communauté musulmane pour avoir ce numéro téléphonique, et heureusement j'ai fini par l'avoir. Je n'ai pas tardé à contacter la mère du garçon pour lui demander qu'on se voie, car je tenais à lui parler face à face.

Le jour du rendez-vous, je n'y suis pas allée par quatre chemins, mais je me suis d'abord excusée de lui avoir imposé un rendez-vous aussi urgent, car cela ne pouvait pas attendre. Ensuite, je lui ai raconté toute l'histoire et je lui ai expliqué qu'à part ce qui s'était passé treize ans auparavant, il n'y avait aucune relation de quelque sorte que ce soit entre son mari et moi. C'est à ce moment qu'elle aussi m'apprit ce que mon oncle lui avait dit quelques années auparavant, bien qu'elle ignorait que la personne était mon oncle :

- *Quel âge a ta fille déjà ?*
- *Ma fille a treize ans.*
- *Et, y a-t-il une relation d'ordre familial entre toi et un certain Augustin ?*
- *Augustin est mon oncle maternel, pourquoi ? Qu'est-ce que Augustin a à voir avec ce que je viens de vous raconter ?*
- *À une certaine époque quand Augustin et moi étions des collègues de travail, il m'avait dit que notre famille avait fauté contre la sienne, mais je n'ai pas bien compris ce qu'il voulait dire, et je n'ai pas su insister pour savoir ce qui a pu se passer. Ça devait être cette histoire !*

À ce moment-là, elle m'a dit qu'elle me croyait, et qu'elle allait parler à son fils pour lui expliquer ce qui se passait et lui faire comprendre qu'une telle relation ne pouvait pas continuer. Elle m'a remerciée d'avoir eu le courage d'organiser une telle rencontre, mais visiblement elle était abattue d'être passée à côté des dégâts que son mari avait pu causer dans le cadre de sa profession ! Plus tard quand j'ai rencontré son mari, j'ai appris que sa femme s'était fâchée avec lui à cause de la nouvelle qu'elle venait d'apprendre, mais ils ont fini par se réconcilier avant de faire un pèlerinage à la Mecque.

Je me disais que le père de ma fille allait pouvoir sauter sur l'occasion de la première rencontre avec sa fille pour maintenir le lien père-fille et pour la connaître davantage, mais ça n'a pas été le cas. Quand je lui ai acheté un téléphone mobile, ma fille a éprouvé le désir de parler à son père. Elle m'a demandé si je pouvais lui donner le numéro de téléphoner de son père, et je le lui ai donné. Vers 2015 son père a été nommé Ministre d'État chargé de l'éducation primaire et secondaire et évidemment cela a été une bonne nouvelle pour ma fille. Inutile de dire combien, pour moi, il était scandaleux qu'un homme qui abuse d'une élève mineure, dans le cadre de l'exercice de ses fonctions, puisse devenir ministre de l'Éducation. Cette forme de normalisation et cette impunité me choquent encore aujourd'hui. C'est probablement l'exemple qui me fait le plus comprendre ce qu'est le patriarcat en tant que système qui opprime les femmes, et sa toxicité.

Malgré mon indignation, je constatais que ma fille en était fière et j'ai décidé de mettre de l'eau dans mon vin par amour pour ma fille. En effet, tout ce qui touche au bonheur de ma fille me touche moi aussi, je ne pouvais faire autrement qu'être contente pour elle aussi. Comme par hasard, à partir de ce moment-là, son père a commencé à faire l'effort de maintenir un lien et une bonne communication avec sa fille. Ils arrivaient même à trouver du temps pour se voir pendant les weekends, et je remarquais que c'était une chose qui réparait profondément ma fille, car ça lui avait tant manqué.

4.8. MON CHEMIN DE RECONSTRUCTION

Devenue parent avant même de terminer mon adolescence, j'ai été contrainte de devenir adulte avant le temps. Après le drame du viol, mon père m'avait conseillé de faire les études qui pouvaient m'aider à obtenir un travail sans trop attendre. C'est pour cette raison qu'il m'a conseillé de faire mes études en soins infirmiers. En ce qui concerne mes études supérieures, ce n'est qu'entre 2008 que j'ai eu enfin le temps de les faire en Psychologie Clinique. Je dois avouer qu'à un moment donné, j'ai cru que ma vie était gâchée pour de bon ! Pendant que je luttais contre vents et marais pour survivre et me reconstruire en toute dignité, je me disais que je ne pourrais plus avoir les sentiments pour les hommes. C'est en ce moment-là que je prenais tout homme pour un prédateur.

À force de garder la foi et de me dire constamment que ma reconstruction est possible. J'ai réalisé que mes blessures ne m'avaient pas complètement fermé le cœur, je me resensibilisais progressivement. Je pouvais encore ressentir et reconnaître mon besoin d'aimer et d'être aimé, mais ma méfiance envers les hommes était un élément inhibiteur qui me disait toujours : « *Fais attention ! Tous les hommes ne sont pas des prédateurs, mais tu pourrais tomber sur un manipulateur et là tu ne pourrais pas te relever. Ne sois pas naïve !* »

J'ai passé un bon temps en écoutant les mots doux et en écoutant d'innombrables compliments de la part des hommes, sans pour autant pouvoir m'ouvrir à qui que ce soit. C'est ainsi qu'un jour, j'ai fait une rencontre d'un homme très charmant qui savait bien parler aux femmes tout en le faisant avec respect. Ce sont ces mots doux accompagnés du respect qui m'ont aidée à m'ouvrir graduellement et à me sentir à l'aise avec lui. Tandis qu'auparavant je restais toujours sur mes gardes, cette fois-là, je me sentais vivante, aimante et joyeuse. Mes amies proches, elles aussi, ont commencé à me dire que mes blessures étaient complètement pansées. À leurs yeux, j'avais réussi à devenir une femme normale, à me soulager graduellement du poids de mon histoire et je trouvais aussi qu'elles avaient raison.

Ma renaissance n'a pas duré longtemps, car le fameux garçon avec qui je m'entendais très bien a dû changer son lieu de travail et nos chemins ont commencé à se séparer petit à petit. Il est revenu travailler à Kigali, la capitale tandis que moi je suis restée dans un milieu rural sans espoir que je puisse le retrouver bientôt. C'est comme ça qu'on s'est perdu de vue, mais je n'ai senti aucun regret d'avoir fait une telle rencontre. Plus tard, j'ai appris qu'il s'était trouvé une autre petite amie et je l'ai accepté sans rancune.

Cet amour éphémère m'a laissé surtout un espoir qu'un jour je pourrai me trouver une âme sœur avec laquelle je pourrai avoir des projets à long terme. C'est ainsi que j'ai fait connaissance de mon mari actuel. Il sortait à peine d'un divorce et on s'est donné la chance de nous connaître et nous apprécier l'un et l'autre. Je trouvais que nos douloureuses histoires respectives ont joué en quelque sorte un rôle important pour nous rapprocher. Nous nous sommes aimés et nous avons décidé de nous marier en 2011.

Mon mariage était une étape cruciale dans ma vie et celle de ma famille, car je la reliais forcément aux autres expériences que j'ai eues au sein de la même famille. J'étais vraiment contente de pouvoir réunir toute ma famille élargie, celle de mon fiancé, nos amis et connaissances pour célébrer notre mariage. J'étais plus particulièrement contente de voir ma mère célébrer mon mariage avec un sentiment de fierté, car les gens qui s'en prenaient à moi quand j'étais enceinte ne l'ont surtout pas ratée. Je dois avouer que j'étais contente de trouver enfin ce fameux statut de femme mariée.

Ma fille aînée a mis du temps pour s'accoutumer à la vie à trois. Au début, elle voyait mon mari comme un intrus, mais ils ont fini par devenir proches. En cette période, mes prières étaient toutes faites des mots de gratitude envers le Seigneur Dieu. Je lui disais : « *Ceux qui te craignent me voient et se réjouissent, car j'espère en tes promesses.* » (Psaumes 119 :74). C'est justement d'innombrables versets bibliques parlant de la promesse du Seigneur, qui m'avaient aidé à tenir quand j'étais au bord de la dépression. L'idylle de notre mariage n'a pas toutefois duré éternellement, car mon mari est allé travailler un peu plus loin de la maison et on se voyait beaucoup moins.

La venue de ma deuxième fille fut une chose qui a illuminé notre famille. Mon mari qui n'avait pas eu de chance d'avoir des enfants de son premier mariage avait, autant que moi, hâte d'avoir un petit bébé dans la famille. En revanche, ma fille aînée n'a pas accueilli sa petite sœur les bras ouverts. Toute l'affection parentale qu'elle monopolisait depuis longtemps commençait à être partagée entre les deux, mais j'ai été ravie de constater qu'elle n'a pas mis du temps pour adorer sa petite sœur. Ma belle-famille, elle aussi, était enchantée d'accueillir la petite Ava.

Cependant, après l'accouchement, mon gynécologue m'a fait savoir que mon corps commençait de développer le diabète gestationnel ! Il m'a donc mise en garde concernant une autre grossesse. Il nous a conseillé d'en rester là, car une autre grossesse pourrait aggraver mon diabète. Nous avons pris note de ses conseils, mais personnellement je voulais tenter une autre et dernière fois pour voir si nous pouvions cette fois-là avoir un petit garçon.

En nous laissant tenter, quitte à risquer d'aggraver, le résultat en a été autre qu'un petit garçon. Nous avons eu une autre petite fille, et comme on nous l'avait prédit, mon diabète montrait des signes très alarmants.

Dès ma vingt et unième semaine de grossesse, j'avais commencé à me faire injecter de l'insuline espérant que ça atténuerait la maladie, mais ça n'a pas été le cas après l'accouchement. Et quelle fut la réaction de ma petite Fanny après la venue d'Oria sa deuxième sœur ? Eh bien, ça a été la même qu'à la fois précédente ! Elle voyait en elle une deuxième concurrente en ce qui concerne l'affection parentale, mais comme la fois précédente ça s'est dissipé avec le temps.

Nous en sommes venus à la conclusion qu'il fallait arrêter l'obsession d'avoir un petit garçon pour prendre soins de moi, car le diabète était une vraie menace pour ma santé.

Cette période a été cruciale pour ma reconstruction, car non seulement j'ai fondé un foyer, mais j'étais aussi sur le point de boucler le deuxième cycle de mes études supérieures tout en gardant mon emploi. La reconstruction de ma propre vie s'est fusionnée avec la construction de mon foyer et j'y ai relativement trouvé du bonheur. Nous avons pu construire une maison et les filles sont toutes allées à l'école.

Avec le temps j'ai pu constater que la vie d'une famille n'est jamais un fleuve tranquille, mais j'ai tout fait pu m'y accrocher. Des pleurs nocturnes des bébés, des incompréhensions entre conjoints en passant par des maladies qui frappent les êtres qui nous sont chers, la vie conjugale m'a énormément surpris, éprouvé, mais aussi appris beaucoup de choses.

4.8.1. Du deuil et de l'exil – Un chemin initiatique

Sur un conseil d'un membre de mon beau-frère, mon mari et moi avons décidé de partir au Canada, pour que je puisse aller faire des études de Maitrise en pratiques psychosociales à l'Université du Québec à Rimouski. Nous sommes déjà en pleine crise sanitaire planétaire au moment où je tente ma chance pour retourner aux études. À cause de la pandémie, j'ai dû faire ma première session en ligne depuis le Rwanda. Avec des

problèmes de décalage horaire, des problèmes de connexion, des problèmes de langue, ainsi que des problèmes de télétravail avec de jeunes enfants qui courent et crient autour de moi. Il faut penser par ailleurs que j'avais toutes les peines du monde à comprendre comment fonctionner le système académique québécois. J'ai donc commencé cette formation en pleine adversité tout en travaillant à temps plein au Rwanda. Une chance est que ma formation se donnait sur des fins de semaine.

C'est dans la même période que mon précieux papa, mon socle, mon pilier est décédé. J'étais contente que la pandémie m'ait empêchée de partir, car j'ai pu au moins l'accompagner dans sa maladie et lui offrir ma présence dans son dernier passage. J'ai donc pu l'enterrer, et c'est après ça que j'ai pu prendre l'avion pour le Québec, seule avec mes deux plus jeunes enfants de quatre et neuf ans. Je me sentais déterminé, mais vulnérable, j'ignorais totalement ce qui m'attendait de l'autre côté de l'océan.

Un autre épisode pas facile dans mon existence. Me voici donc installée à Québec, seule avec mes deux fillettes. En effet, je me suis retrouvée dans un pays que je ne connais pas, sans réseau de support consistant, alors que je commençais un nouveau programme d'étude, dans une langue que je ne maîtrise pas et dans une ville que je ne connais pas. Soulignons que nous étions toujours en pleine pandémie, avec de jeunes enfants et une santé chancelante. C'était pour moi une grosse initiation. Parfois, je me demande encore comment j'ai fait pour ne pas totalement sombrer. J'aurais tellement eu besoin de venir accompagnée de mon mari et de ma fille aînée, mais comme ça n'a pas été possible j'ai dû faire face à mes responsabilités, dans de nombreuses difficultés. J'ai flanché, mais encore une fois je ne me suis pas abandonnée, j'en avais vu d'autres. Parfois, je me sentais abandonnée par le père de mes enfants qui n'arrivait pas à nous offrir une présence soutenante ni assumer ses responsabilités même de loin comme il avait promis. Cette fois-ci, il fallait traverser seule sans l'appui de ma famille qui était si loin.

De plus, à mon arrivée au Québec j'ai eu de grosses difficultés à me trouver un médecin traitant pour me suivre dans mes problèmes de diabète. Une chance que j'avais été prévoyante et que je suis venue avec beaucoup des médicaments pour une période de plus de six mois. Cependant, avec mes multiples soucis, la solitude, le stress, l'obligation de prendre soins de mes enfants, tout en étudiant et en travaillant m'a

fortement fragilisé. Je me suis donc retrouvé à l'hôpital avec des niveaux d'hyperglycémie fort inquiétants.

Au même moment, comme par la grâce divine, j'ai eu la chance inouïe de voir une fois de plus ma mère venir à me rescousse jusqu'au Québec. Elle m'a fortement soutenu dans les périodes où je devais mener de front, ma vie de mère monoparentale, ma vie de travailleuse et ma vie d'étudiante, tout en faisant face à des problèmes de santé. À cette époque je faisais ma scolarité à trois heures trente de chez moi en voiture. En même temps, je travaillais à temps plein pour subvenir aux besoins de mes enfants, dans une autre ville. J'avais de nombreux défis, je devais m'adapter à tout, à la langue, au climat, à la nourriture, au fonctionnement des institutions, tout en gérant de sérieux problèmes de santé. Ma mère gardait mes enfants lorsque je partais pour mes week-ends de cours, et elle m'assistait dans tout lorsque j'étais hospitalisée. J'ai eu une véritable traversée du désert qui m'a demandé de m'offrir des soins psychologiques que l'université offre à ces étudiants, pour ne pas basculer dans une dépression profonde. Dans ma nouvelle vie québécoise, tout était à reconstruire en s'habituant à la nouvelle culture, au nouveau système scolaire pour mes fillettes, à une langue étrangère, au nouveau climat, etc. Il faut dire que j'ai aussi bénéficié de beaucoup de bienveillance sur ma nouvelle terre d'accueil. J'ai eu quand même du soutien aussi bien de l'université, de l'école de mes enfants, comme dans mon milieu professionnel. J'ai de la gratitude envers les Québécois.

4.8.2. – Faire face aux services d'immigration canadienne

Il faut dire que lorsque je suis partie du Rwanda, je n'ai pas pu venir avec ma fille ainée. Car les services d'immigrations prétendaient qu'un enfant de plus de 18 ans est majeur et n'a pas à accompagner ses parents qui partent pour des raisons d'études. Cette situation a été tellement éprouvante pour notre relation. C'est comme si elle vivait de l'abandon de sa mère, vu que j'étais partie avec les autres enfants. Je ne pouvais pas pacifier mon cœur tant que je n'avais pas trouvé les moyens de la faire venir. Il faut se souvenir des conditions de sa naissance et prendre en condition qu'étant mariée avec un autre homme je partais avec mes autres enfants en laissant derrière ma fille qui n'a jamais pu compter que sur moi comme parent.

J'ai lutté plus d'une année et demie pour lui trouver des papiers pour qu'elle vienne nous rejoindre. Des mois qui nous ont paru très longs. Je m'inquiétais pour elle, alors qu'elle ne comprenait pas toutes les difficultés que j'avais face à la bureaucratie des services migratoire. J'étais totalement épuisée lorsque j'ai enfin réussi à lui trouver une inscription dans un Cégep et un permis d'étude. Il faut souligner que ma fille avait fait toute sa scolarité en anglais, ce qui rendait difficile la possibilité de lui trouver une école dans la ville de Québec où je vivais.

Ceux qui connaissent les formalités et exigences auxquelles sont soumis des étudiants internationaux peuvent facilement imaginer combien cela a été difficile de convaincre l'immigration que je pourrais payer les études pour nous deux avec des frais exorbitants que les institutions de formations demandent aux étudiants étrangers. C'est avec le support des amis que j'ai fini par réussir à la faire venir. Notre joie était immense lors de nos retrouvailles. Je pouvais enfin dormir tranquille même si j'ai dû l'envoyer aussitôt étudier à huit heures de chez moi, dans la ville de Sept-Îles. Quelques mois plus tard, mon mari a enfin consenti à venir nous rejoindre et je pouvais enfin me sentir tranquille, car mes filles pouvaient vivre pas séparées de leur père. Il nous restait à relever le défi d'apprendre à vivre ensemble dans le contexte québécois. Ce qui nous demande de revoir nos manières habituelles, de faire, de vivre, de partager les tâches, etc. Le processus d'adaptation est continu à cet égard et je ne sais toujours pas où cette aventure souvent exigeante nous mènera.

J'ai décidé de consentir et de dire oui à ma vie en devenant une apprenante perpétuelle. J'ai décidé d'apprendre de toutes les expériences que la vie me donne à vivre. J'ai appris de ma vie que c'est une condition de résilience.

CONCLUSION

Mon histoire de vie, la voici ! C'est un livre de mille et une pages que je viens de résumer en quelques lignes seulement. Est-ce que je sais le nombre de chapitres qui me restent à écrire pour clôturer ce livre ? Absolument pas ! J'ignore le temps qui me reste ici sur terre, mais en tous cas, je sais les jours que j'y ai déjà vécus et ses aléas. Tout ce que j'ai dû endurer durant mon adolescence m'a appris quelque chose sur la vie et sur

les relations. J'ai aussi appris que les épreuves qui nous sont données à vivre ne viennent pas pour nous écraser, mais pour nous donner l'opportunité de nous fortifier, pour nous apprendre que c'est à nous d'écrire les chapitres suivants, que c'est à nous de nous préparer un avenir radieux.

CHAPITRE V

COMPRÉHENSION ET SYNTHÈSE CRÉATIVE

Ce dernier chapitre me permettra de revenir sur les données présentées au chapitre précédent en vue de réaliser une synthèse créative à partir de la présentation et de l'interprétation des données issues de l'ensemble de cette recherche. Ce chapitre a comme visée de répondre aux objectifs de recherche tels que présentés au premier chapitre de cette étude tout en tentant de souligner les contributions originales de la présente étude. Je présenterai également des recommandations pour les pratiques sociocommunitaires visant à soutenir la résilience des survivantes du viol et de la maternité précoce, ainsi que des perspectives pour de futures recherches.

Le présent chapitre tente de cerner le sens d'un itinéraire de transformation vécue au cœur d'un processus de recherche de formation à visée restauratrice pour son auteure. Ceci implique une inscription sociohistorique et socioculturelle du dit parcours, marqué par des ruptures et des discontinuités. Ce chapitre tente ainsi de témoigner de mon évolution au sein de cette démarche de recherche et de formation. Il englobe mes découvertes, mes compréhensions ainsi que mes perspectives d'avenir.

5.1 TRAVERSER UN EXIGEANT CHEMIN DE RÉSISTANCE ET DE RÉSILIENCE

Comment vivre avec l'effondrement ? Comment ne pas sombrer dans un puits d'angoisse infinie ? Comment ne pas considérer chaque chose de la vie comme vaine et futile ? Comment ne pas se rendre fou ? (Clodic-Tanguy, 2021)

Dès le premier jour de cette expérience de viol et ses conséquences sur ma vie dont je témoigne dans cette étude, j'ai tenté de toutes mes forces à trouver une réponse à ces questions :

- « Comment faire pour revivre quand on n'arrive plus à s'aimer ni à faire confiance aux autres et qu'on se sent salie à jamais ? »
- « Comment vivre grâce et malgré ces jugements et cet immense mépris que l'on voit dans presque tous les regards qui se posent sur nous, et qu'on entend dans tant de voix et de mots utilisés pour nous nommer ? »

En effet, comme je l'ai déjà mentionné, je n'arrivais plus à vivre paisiblement dans ma nouvelle condition, je ne parvenais pas non plus à vivre avec la perte de mes rêves et de ma dignité. Cependant, je n'avais pas le droit non plus de désespérer, de me décourager et de m'abandonner. Je ne pouvais pas déshonorer mes parents une fois de plus, il me fallait au moins être à la hauteur de mon épreuve. Il me fallait surtout être à la hauteur de mes parents, de mes frères et sœurs qui avaient réussi à être d'une solidarité, d'une bienveillance et d'un soutien sans faille, malgré la culture et leur entourage.

Mon incroyable et généreux père n'a cessé de me dire qu'il me faut absolument me reconstruire, devenir autonome, être capable de prendre soin de ma propre vie, de celle de mon enfant et de retrouver ma dignité. En dépit de cet enfer dans laquelle j'étais tombé accidentellement, mon père a toujours cru en moi. Pour lui, j'étais encore un enfant, et il lui semblait inconcevable qu'on me fasse mal, et encore plus que ma famille ne me soutienne pas. Par ailleurs, il me voyait belle et forte et souhaitait absolument me créer des conditions pour que je puisse m'en sortir malgré tout, me donner des conditions de reconstruction était la plus grande des priorités de mes parents.

À cet égard, ma mère n'a jamais cessé de prendre soin de moi et de ma fille, quand je ne pouvais pas le faire moi-même. Dans ces conditions, je me suis toujours sentie en sécurité sous leur protection dans notre maison. J'ai une gratitude infinie pour mes parents, je reconnais le privilège que j'ai eu d'avoir des parents comme eux, pour traverser mes épreuves. Ma fratrie, quant à elle, a toujours été respectueuse et soutenante pour moi et pour ma fille. Cependant, dès que je sortais de notre foyer, je me sentais jugée, pointée du doigt par des gens qui ne connaissaient rien de mon histoire et écrasée par une culture patriarcale qui ne donne aucune chance aux femmes victimes de violences à caractère sexuel.

Comme je ne pouvais pas passer ma vie enfermée dans la maison de mon père, il me fallait prendre le risque de sortir, accepter de faire face à l'adversité. Faire face aux jugements indus, au mépris injustifié et parfois même aux insultes et aux humiliations. Mon défi consistait à garder la tête haute à ne pas accepter de me réduire à ce que les langues sales disaient de moi. Mon combat était d'essayer chaque jour de me redresser et de tenter d'incarner ce que mes parents rêvaient pour moi, en attendant de pouvoir recommencer à rêver pour moi-même. Ainsi, ma famille a été pour moi une magnifique et puissante matrice de résilience. (Courtois*, A., & Mertens de Wilmars**, S. (2004). 303-322 pp.

5.1.1 La nécessaire matrice de résilience

À l'instar de Courtois et Mertens de Wilmars (2004), je préfère le concept de *matrice de résilience* à celui de *tuteur de résilience* que propose Boris Cyrulnick (1999). En effet la notion de matrice fait davantage référence aussi bien au contenu qu'au contenant, une disposition en mouvement et en émergence. Alors que la notion de tuteur fait davantage référence à un individu, l'idée de matrice est plus dynamique, plus complexe, plus souple et plus apte à faire face à la complexité du vivant et des liens humains. Il faut noter que dans l'épreuve immense qui était la mienne, je n'étais pas seule à souffrir, car mes parents, mes frères, mes sœurs tout comme ma fille étaient tous et toutes des victimes collatérales (Tremblay, 2016) de la violence à caractère sexuel qui ont changé le cours de mon existence pour ne pas dire le cours de nos existences à tous. Nous avons donc besoin de nous serrer les coudes autant que possible compte tenu que nous n'avions aucun support à l'extérieur.

Pour moi en particulier et pour ma famille en général, ce chemin de résilience a d'abord été un parcours de combattant et de résistance. En effet, aucune adolescente n'est prête à vivre dans un contexte où elle peut se faire interpellé à plusieurs reprises pour rien, se faire déshabiller sans pouvoir se défendre, se faire violer sauvagement, se faire insulter en cours de route ou dans une cour de récréation, se faire sermonner par des membres de la famille élargie, qui ne comprennent rien à son contexte, et à subir

des humiliations constantes. Aucun parent non plus n'est préparé à voir son enfant faire face à tant de difficultés, encore moins quand l'enfant est encore mineur.

Avec du recul, je n'en reviens pas d'avoir survécu à cette période de ma vie. Je remercie ma famille, mon courage et le bon Dieu, quand je vois que malgré tout je n'y ai pas laissé toutes mes plumes. Vu l'état psychologique dans lequel j'étais, j'aurais pu craquer et commettre l'irréparable et y laisser plus que ma seule vie et participer à détériorer davantage l'ensemble de ma famille. Dieu merci, j'ai refusé d'abandonner, de m'abandonner et j'ai eu la force nécessaire pour continuer à avancer, à soigner les conditions de résilience et à cultiver la possibilité d'imaginer le monde d'après, tout en vivant avec courage et détermination dans le présent, comme dirait (Clodic-Tanguy, 2021).

Aller vers l'autre, commencer à vivre autrement, retrouver des réflexes d'entraide et de coopération. Se tourner vers le mouvement de la transition. Retrouver des perspectives par la reconnexion à soi, aux autres, à la nature. Être à la hauteur de la bonté et de la beauté de l'humain et du monde, malgré tout. Cultiver l'émerveillement, le lien, la vie, la joie. (Clodic-Tanguy, 2021)

5.2 LA NÉCESSAIRE MOTIVATION : UN PONT VERS LA RÉSILIENCE

Umuntu arigira yakwibura agapfa

Proverbe rwandais

Ce proverbe de chez-moi signifie que si on ne parvient pas à se trouver de bonnes raisons de vivre, on se perd complètement. L'amour inconditionnel de mes parents ne me suffisait pas en ces moments pour résister à la complexité de ma situation et à l'ensemble de mon calvaire. Pendant tous les moments d'isolement dans une chambre et des moments d'insomnies que j'ai vécues, je luttais intensément contre moi-même. Il m'a fallu du temps pour me convaincre que mon corps n'était plus souillé, que je n'étais pas une mauvaise personne, que ma vie vaut vraiment la peine d'être vécue et que la personne que je suis, méritait que je m'investisse et que je fournisse des efforts soutenus pour me reconstruire.

Il est évident que je n'aurais jamais pu traverser les moments difficiles de ma vie d'adolescente si je n'avais pas été soutenue par ma famille et si je n'avais pas fait l'effort de me trouver des raisons de vivre. Évidemment, ce ne fut pas un processus facile, car plus souvent qu'autrement, je me sentais fatiguée, désespérée et je manquais d'élan et de foi dans mon propre avenir. Plus d'une fois, je manquais de force pour me lever de mon lit, je ne pouvais pas croire qu'un jour je pourrais voir la lumière au bout du tunnel. Comme le dit à juste titre Vincent Caron (2021) :

« Il n'est pas facile de toujours trouver la motivation nécessaire pour atteindre un objectif. Il y a ces jours où nous voulons simplement nous allonger sur le canapé pour manger une collation et envoyer des SMS au téléphone, ou peut-être que nous n'avons pas la bonne humeur et la force d'esprit pour sortir de la maison et aller travailler. Nous avons tous eu des jours comme celui-ci. » (Vincent Caron, 2021, p. 16)

Dans mes moments les plus sombres, je me répétais comme un mantra que si l'injustice que j'ai subie ne peut pas être réparée juridiquement, que si ma réputation et celle de ma famille ne pouvaient pas être lavées, il fallait au moins que je sois existentiellement et ontologiquement réparée. Il fallait que je me répète sans arrêt que ma vie vaut la peine et qu'elle doit suivre son cours, si je ne veux pas la perdre ou laisser ceux qui abusent de moi la détruire définitivement. Quelqu'un devait prendre la responsabilité de ma reconstruction et ce quelqu'un, ne pouvait être personne d'autre que moi-même. En effet, je n'étais pas dans un contexte qui m'aurait permis de monter sur une colline, de crier haut et fort que quelqu'un a ruiné ma vie, ma santé, mes opportunités et la réputation de ma famille. Je ne savais pas à qui dire le sentiment d'injustice et de colère qui me rongait de l'intérieur en voyant combien les membres de ma propre communauté participent à me démoraliser, et que par conséquent ils devraient tous se ressaisir pour me rendre ma dignité.

En revanche, je me disais que mon père avait bien raison, et qu'à un moment donné, il me faudra me ressaisir, serrer les dents et me redresser avoir le courage de braver leurs moqueries et de reprendre mes études. Il me fallait muscler ma force psychique pour me convaincre que ce qui m'était arrivé, n'était ni de ma faute, ni de ma responsabilité et que ça n'avait absolument rien à voir avec une mauvaise éducation comme le chantait notre entourage en ricanant. Je me suis dit que je devais coûte que coûte reconstruire ma vie, retrouver ma santé et ma dignité, honorer de nouveau mes

parents et leur redonner une raison d'être fiers de moi. Je ne voulais pas laisser mon abuseur avoir du pouvoir sur notre futur à tous, ni laisser tous ceux qui se réjouissaient de notre malheur gagner. Bref, je me suis trouvé tout un tas de motivations pour prioriser mon rétablissement en vue de pouvoir vivre une vie belle et digne, susceptible de me permettre d'élever honorablement ma fille.

La motivation est la raison, ou l'ensemble des raisons, de mettre en œuvre des comportements, des actions, pour agir. Avec une intention pour nous importante, un désir, un but clair et précis vers lequel aller, rien ne peut nous arrêter, sauf précisément la perte de motivation elle-même. Souvent, nous avons tendance à nous fatiguer rapidement des choses que nous entreprenons, à nous décourager, à être inconstants, mais il est possible de remédier à tout cela en nous donnant une discipline et en suivant quelques stratégies simples, mais efficaces. C'est étrange, mais souvent nous sommes plus motivés pour faire des choses pour les autres, plutôt que pour nous-mêmes et pour notre vie, peut-être aussi à cause de la mentalité dans laquelle nous avons été élevés et éduqués. (Vincent Caron, 2021, p. 16).

Aussi étrange que cela puisse paraître, je peux affirmer qu'avec le support de ce que j'ai appelé ma matrice de résilience, j'ai réussi à me motiver pour ma fille et pour ma vie, mais aussi pour faire mentir toutes les personnes qui disaient en chœur depuis des mois que ma vie était soi-disant finie, qu'elle était une honte digne de condamnations et de ricanements de tous. Au départ, je craignais pour ma santé, car un viol, ou tout autre rapport sexuel non consenti et sans protection aurait pu me causer de graves soucis de santé physique et psychique notamment des maladies sexuellement transmissibles y compris le VIH Sida, mais Dieu aidant, j'en suis sortie indemne.

J'entendais sur la radio des actes de viol dans des zones en conflit, mais j'étais loin d'imaginer que cela puisse m'arriver dans un milieu qui était supposé me protéger et de surcroît par un éducateur en qui ma famille avait mis sa confiance. Aussi, vu que j'étais encore très jeune, je craignais que mon corps et mon cœur traumatisés ne puissent plus avoir confiance en l'amour, vivre des relations amoureuses saines et concevoir un enfant en santé dans des conditions normales. Ce type d'idées me faisait basculer dans une détresse sans nom ; raison pour laquelle j'évitais tout contact avec le monde. Cependant, quand les dépistages se sont avérés rassurants j'ai vécu un grand sentiment de soulagement et je me suis sentie encouragée.

Toutes ces angoisses qui me causaient plus de peur que de mal m'obligeaient à repenser au sens de mon existence sur cette terre. Mon côté croyant m'a aussi maintenue en vie. Mon cœur me disait : « Tu as peut-être de la chance ! Ton agresseur aurait pu te faire plus de mal. Maintenant, que le bébé se porte bien et que tu n'as contracté aucune maladie, tu devrais remercier le bon Dieu parce qu'il y en a qui ont connu pire. » Voilà comment j'ai remarqué à quel point la vie d'une personne a plus de valeur que ce que je croyais avant. À cette époque il y avait une vague de contamination du VIH Sida dans la partie australe de l'Afrique (République Sud-Africaine, Botswana, Lesotho, etc.) même chez les voisins ougandais, qui mettait à mal tout le continent.

« Je suis chanceuse ! » me disais-je encore quand je repensais aux filles et femmes qui ont subi des viols durant le génocide contre les tutsi dans notre pays, et qui avaient toujours des séquelles physiques, psychologiques et les maladies qu'elles avaient héritées de leur malheur. Je me suis encore dit que je devais absolument revivre, car les filles et femmes qui étaient dans des zones de conflits, en ce temps-là, n'avaient pas la chance de bénéficier du support auquel moi j'avais accès. Elles n'avaient pas eu la chance d'avoir la santé sauve comme moi. Je me suis donc retrouvé dans une situation qui me demandait de reconnaître mes immenses privilèges malgré ma détresse et ce que je vivais comme une si grande injustice. J'avais besoin d'avoir la foi en un futur meilleur pour continuer d'avancer, continuer d'avoir la force de mettre un pied devant un autre.

Les moyens les plus largement connus pour renforcer la résilience sont les suivants : apprendre à réguler ses émotions, telles que la tristesse ou la peur pour faire face efficacement aux stress et aux traumatismes ; adopter des points de vue positifs, mais réalistes (Serge Tisseron, 2017, p.17).

Il faut dire que je n'avais pas qu'à panser mes propres blessures émotionnelles. Bien que les membres de notre famille élargie aient eu des avis et des comportements divergents par rapport à mon histoire, je m'étais dit que si je parvenais à guérir mes maux, tout rentrerait en ordre. Je pensais tout particulièrement à mes parents qui étaient devenus la risée de tous dans le quartier, taxés d'avoir mal éduqué leur fille. Cette histoire n'avait épargné personne dans ma famille, je me devais d'être forte pour eux aussi. Je me devais de relever la tête pour redonner de l'espoir à tous les miens, à mes

parents, mes frères et sœurs et aux autres membres de ma famille qui avait été blessé dans cette malheureuse histoire.

Ma mère souffrait en silence de tous ses commérages sur sa fille et sur sa famille, quant à mon père, il ne se laissait pas trop affecté par ces comportements inhumains faits à l'égard de sa fille et de sa famille. Leur support m'était indispensable, je ne savais. Cependant, je devais me tenir debout face à l'adversité, je devais me battre pour m'en sortir, je savais bien qu'il n'y avait que mon bonheur qui pourra ramener le sourire sur le visage de ma mère, la fierté dans le regard de mon père et le soulagement dans les cœurs de l'ensemble de ma fratrie.

Je me suis par ailleurs sentie responsable de faire consciencieusement et courageusement mon travail de résiliente pour que mon bébé naisse dans un environnement en santé. Je savais que mon bébé n'avait jamais demandé de naître dans de tels contextes, je me sentais donc responsable de reprendre ma propre vie en main, ça me semble être la seule manière d'assurer un bon avenir à ma fille et de redonner de la dignité et du sens à mon existence. Évidemment, j'avais le défi de veiller à ce que ma fille puisse avoir une vie saine et un avenir prometteur. J'étais déterminée, aidée par ma famille à combler le vide que l'absence du père avait laissé dans la vie de ma fille. J'espérais que notre histoire n'impacte pas trop sa jeune vie, tout en sachant que je ne pourrai pas totalement la protéger de la dureté de notre histoire commune.

Parfois, j'avais du ressentiment lorsque je pensais que mon agresseur avait continué de vivre sa vie comme si de rien n'était, alors que moi et ma famille devons payer pour ses fautes toute notre vie. J'ai été particulièrement scandalisé quand il est devenu secrétaire d'État chargé de l'éducation primaire et secondaire. J'étais dégoûté de vivre dans un système où le patriarcat favorise autant l'impunité.

Quiconque a été un jour victime court le risque de fusionner avec sa douleur et d'en faire une secrète raison de vivre (C. Thomas, 2002). Cela ne l'empêche pas forcément d'avoir une bonne adaptation à la réalité et de réussir sa vie professionnelle et sociale. Seul son entourage proche connaît le prix de ces apparences (Serge Tisseron, 2017, p.20).

Une chance que j'étais chrétienne pratiquante et croyante, je crois que c'est ma foi qui m'a aidé à ne pas viser la vengeance. J'aurais pu choisir en grandissant de trainer mon agresseur en justice. Il aurait bien mérité de répondre de ses actes, mais j'ai décidé de dépenser le peu d'énergie que j'avais sur ma reconstruction, la dignité de ma famille, l'éducation, la santé et le bonheur de ma fille. Je me disais aussi que quoiqu'il m'en coûte, cet homme est quand même le père de ma fille, le seul qu'elle a, je ne voulais pas participer à sa déchéance. Je ne voulais surtout pas que ma fille grandisse dans un climat de ressentiment et qu'elle puisse me voir installée dans une attitude revancharde. Je ne voulais pas non plus qu'elle grandisse dans la honte.

5.3 LA MATERNITÉ PRÉCOCE – UN RISQUE PSYCHOSOCIAL

La grossesse adolescente interpelle et inquiète le plus souvent la société adulte actuelle. Elle nous questionne: que signifie pour l'adolescente le fait de « devenir mère » tout en vivant son adolescence? Comment gérer ce double rôle impliquant des remaniements psychiques si importants? (Bettoli, L., 2003)

Devenir mère alors qu'on commence à peine son adolescence est une situation éprouvante qu'aucun enfant ne devrait vivre. Précisons qu'aucun parent n'est préparé à voir son enfant rentrer dans l'éprouvante expérience de maternité précoce. Or, comme il a déjà été signalé, je n'avais que 15 ans lorsque j'ai mis au monde ma fille aînée, à la suite de cette expérience traumatisante de viol qui a mis nos vies sens dessus dessous. L'adolescence et la maternité ne sont normalement pas très compatibles. Devenir mère à l'adolescence c'est avoir un enfant alors qu'on est soi-même encore un enfant, voilà comment j'ai dû abandonner la petite fille qui était en moi pour me consacrer au mieux à celle que je venais de mettre au monde.

Être à la fois mère et adolescente c'est avant tout incarner un paradoxe difficile à porter, et endosser un statut socialement répréhensible. C'est déjà difficile de vivre la grande transition entre l'enfance et l'âge adulte qu'est cette période d'adolescence. C'est une phase de la vie humaine qui implique d'énormes transformations à la fois

psychologiques et physiologiques, des mutations qui sont plus souvent qu'autrement dues aux importants bouleversements hormonaux. À cet âge, même sans vivre d'autres épreuves personnelles ou familiales, les jeunes sont souvent épuisés émotionnellement et physiquement, car ils sont très sollicités intérieurement et ils ont besoin d'espace, de temps et de bienveillance, le temps de s'adapter aux multiples changements qui s'opèrent en eux.

La grossesse chez la jeune fille vient court-circuiter la transition entre la puberté et l'âge adulte. Deux étapes importantes se télescopent, l'adolescence et la maternité, occasionnant une plus grande vulnérabilité psychique et confrontant l'adolescente à une double crise maturative. (Bettoli*, L., 2003, p. 182)

Lorsqu'en plus de l'adolescence, la jeune fille encore mineure est exposée à la violence à caractère sexuel, sa situation se complique sérieusement. Si en plus de ces autres défis, celle-ci se trouve dans l'obligation de devoir gérer les enjeux psychosociaux et médicaux liés non seulement aux abus sexuels, mais aussi à une grossesse ou encore à une maternité précoce, la marche est franchement trop haute. En effet, comme le rappelle Bettoli (2003), les recherches dans ce domaine évoluent de manière à attirer l'attention des soignants sur la vulnérabilité que vivent les mères adolescentes.

Le discours médical, social et psychologique concernant les grossesses chez les adolescentes a aussi changé. La notion de « grossesse à risque psychosocial » a remplacé celle de « grossesse à risque médical ». Citons un professeur de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent qui parle de « problème de psychiatrie périnatale ». (Bettoli*, L., 2003, p. 182)

La mère adolescente a alors plus que jamais besoin de soutien, de protection et de considération, ce qui est très souvent privé aux mères adolescentes. Elle a besoin de conditions, pour non seulement se sortir de ces expériences traumatisantes, mais aussi pour que sa courbe de croissance puisse continuer aussi bien physiquement, psychiquement, affectivement et spirituellement.

En même temps, la mère adolescente est obligée de grandir trop vite, d'apprendre à être mère alors qu'elle-même est encore une enfant. Les défis sont de tailles et les enjeux sont énormes pour une jeune fille de 14-15 ans. Ce type de situation

met en danger non seulement la vie de la mère, mais aussi celle de son bébé, tout en déstabilisant tout autour de la mère adolescente. Que ce soit son rapport à elle, à ses parents, à sa fratrie ou encore à ses amies. Rien n'est épargné par une telle expérience. En effet, comme le rappelle avec force l'étude clinique menée par Bettoli (2003, p.188) :

L'expérience clinique comme les études statistiques nous offrent une vision plutôt pessimiste de ces dyades et nous apprennent que les liens mère-bébé résistent plutôt mal à l'épreuve du temps. L'investissement du bébé est en effet souvent en concurrence avec bien d'autres tâches que la mère avait avant lui, mais que sa présence va dangereusement compliquer. [...] Ces bébés risquent d'être confrontés ensuite directement au fonctionnement adolescent de leur mère, à ses projections et à ses passages à l'acte ou ses passages à vide, à ses mouvements régressifs ou dépressifs, à son ambivalence parfois incontrôlable. Et si ces situations s'éternisent, ces bébés risquent bien sûr d'être en grande difficulté pour construire leur propre sentiment de cohérence et de continuité.

C'est donc une responsabilité collective, qui revient aussi bien à la famille, à l'école, aux services sociaux, aux services médicaux et à toute la communauté autour de la mère adolescente de prendre soin d'elle, de lui créer des conditions pour qu'elle puisse avancer sainement sans trop mettre sa vie et celle de son bébé en danger. C'est la raison pour laquelle, il est important de comprendre les besoins spécifiques des mères adolescentes en vue de mieux les accompagner, leur situation tout en tenant compte de leur contexte familial et socioculturel. Jacquemond, M., Machrouh, S., & Mareau, J. (2020.), 88-98 pp.

5.4 GRANDIR DANS L'INCERTITUDE

« Il faut tout un village pour élever un enfant », Proverbe Africain

Pour mieux saisir l'épreuve qui fut la mienne, il faut rappeler qu'avant cette expérience de viol et de grossesse précoce, j'avais passé ma petite enfance dans un pays en guerre, où régnaient la peur, l'insécurité et la délation à tous les niveaux de la société, jusqu'à l'intérieur des familles. Je n'avais que neuf ans lorsque le ciel nous est tombé collectivement sur la tête. Le climat d'insécurité qui régnait partout est devenu un

intense chaos généralisé à l'échelle du pays, qui a eu comme conséquence d'exacerber les conflits ethniques qui existaient déjà, plus spécifiquement depuis la période coloniale. Cette guerre civile a été caractérisée par un niveau de violence inimaginable dans tout le pays, ce qui a fini par devenir un des pires génocides que le siècle dernier a connus. Nous baignions tous dans un climat de terreur, marqué par la méfiance, le dégoût, le désespoir, les lamentations et l'incapacité de croire encore en un avenir possible. Bien que tout le monde tentait tout ce qui est en son pouvoir pour survivre et continuer d'avancer avec courage et en tentant autant que possible de croire au miracle, l'incertitude était devenue notre pain quotidien.

Pendant et juste après le génocide, tout autour de nous et en nous avait changé. Rien n'était plus normal, le monde avait changé de face, rien n'avait plus de sens, tout était mortellement désespérant ! On ne pouvait plus différencier l'être humain à l'animal, car celui qui n'était pas pourchassé comme un gibier, était devenu comme un chien de chasse enragé. Le corps social avait dérivé et était plongé dans une vague de barbarie sans nom, où l'espérance de vie était inférieure à une heure de temps. Je ne comprenais pas ce qui nous arrivait, et nos parents ne pouvaient plus nous protéger ou encore se protéger eux-mêmes.

Une des composantes tragiques du génocide contre les Tutsis au Rwanda en 1994 fut la violence sexuelle. Pendant cette période sombre de l'histoire rwandaise, des milliers de femmes, ainsi que des hommes et des enfants ont été victimes de viols et d'autres formes de violences sexuelles. « Les viols et les mutilations génitales étaient courants pendant le génocide. Les femmes tutsies étaient soumises à des atrocités indicibles, laissant des blessures physiques et psychologiques durables ». Yolande Mukagasana, (1997)

Les viols et les agressions sexuelles ont été utilisés comme des armes de guerre pour terroriser et déshumaniser les Tutsis, ainsi que pour transmettre le message de la suprématie ethnique et pour semer la peur et la désolation au sein de la communauté ciblée. « Les viols de femmes tutsies étaient une expression de la volonté de détruire non seulement un groupe ethnique, mais aussi de détruire l'identité et la dignité des individus et de la communauté ». *Helen Fein, Accounting for Genocide, 1979*

Le comble des malheurs est que les miliciens n'épargnaient même pas les petites filles de très jeune âge. Ces actes barbares ont laissé des cicatrices profondes et durables sur les victimes et ont eu des conséquences physiques, psychologiques et sociales à long terme, sur l'ensemble de notre inconscient collectif. Dans ce contexte, il est clair que ce n'était pas évident de reconnaître le viol et les autres formes de violences sexuelles comme des crimes graves contre l'humanité. Ce n'est donc pas étonnant que dans un tel contexte, l'expérience comme la mienne ait pu se solder par l'impunité la plus totale. Il a fallu mettre en place quelques temps après, des initiatives visant à prévenir des violences à caractère sexuel et des efforts pour traduire les auteurs en justice et pour soutenir les survivantes. Cependant, il reste encore beaucoup à faire pour surmonter les stigmates et les traumatismes associés à cette période sombre de l'histoire du Rwanda et pour garantir que de tels actes odieux ne se répètent incessamment. En effet, comme le disait si bien Martin Luther King, "*Le génocide est une maladie de l'âme, un défaut dans la conscience humaine.*"

Il est important de noter que le génocide a causé un traumatisme collectif majeur dans la société rwandaise, laissant de nombreux survivants et témoins avec des séquelles émotionnelles et psychologiques profondes. Le désespoir peut être une conséquence de cette expérience traumatisante, car de nombreuses personnes ont perdu leurs proches, leur foyer et leur sentiment de sécurité. Ce désespoir peut avoir des effets durables sur la psyché individuelle et collective, contribuant potentiellement à des problèmes sociaux et à une détérioration de la santé mentale de la population et du bien-être psychosocial.

À cet égard, dans un terrifiant livre intitulé : « Dans le nu de la vie : *Récits des marais rwandais* », Jean Hatzfeld (2002), témoigne dans un langage cru, parfois poétique ou philosophique de l'expérience à la fois saisissante et insaisissable qu'a vécu bon nombre d'enfants, de femmes et d'hommes Tutsi dans cette période d'enfer sur terre. Comme on peut le lire sur le quatrième de couverture, les rescapés témoignaient ainsi de cette époque. « On mourait coupé à la machette comme des chèvres au marché. On ressemblait à des animaux et eux ils avaient pris l'habitude de nous voir comme des animaux. En vérité, ce sont eux qui étaient devenus des animaux, pire que des animaux de la brousse parce qu'ils ne savaient plus pourquoi ils tuaient. »

La société entière s'était effondrée et sombrée dans un désespoir sans nom pour le même auteur :

"Le désespoir est le sentiment qui vous envahit lorsque vous réalisez que l'horreur que vous avez vécue n'était pas un cauchemar, mais la réalité de votre vie." , Jean Hatzfeld (2002)

Les jeunes qui ont grandi dans les années post-génocides ont été exposés à des environnements perturbés, avec des systèmes de soutien familial et social souvent détruits. Les effets de la violence, de la perte et du traumatisme ont augmenté le risque de comportements délinquants chez certains jeunes. La plupart des jeunes étaient devenus orphelins. Le manque de modèles positifs, la pauvreté, l'absence d'éducation et d'opportunités économiques ont également contribué à la délinquance juvénile.

Cependant, il est important de noter que chaque individu réagit différemment aux traumatismes, et toutes les personnes touchées par le génocide n'ont pas nécessairement connu le désespoir ou la délinquance. En plus des efforts de nos parents, depuis le génocide, le Gouvernement du Rwanda a entrepris des efforts considérables pour reconstruire la société et la nation, notamment en investissant dans l'éducation, la réconciliation et le développement économique. Ces efforts ont contribué à atténuer certains des effets négatifs sur la jeunesse rwandaise.

En fin de compte, il est crucial de considérer la complexité des facteurs sociaux, culturels, psychologiques, spirituels, politiques et économiques qui influencent les comportements individuels et collectifs après des événements traumatiques tels que le génocide contre les Tutsis au Rwanda, ou encore des malheurs à une plus petite échelle comme ce qui m'est arrivé après coup.

« Les enfants sont à ce point impliqués dans l'attitude psychologique de leurs parents qu'il n'est pas étonnant que la plupart des désordres nerveux de l'enfance puissent être imputés à l'atmosphère psychique perturbée qui règne à la maison » Carl Gustav Jung, (1966).

Depuis mon enfance, l'environnement politique et le climat social qui régnait dans le quartier où j'ai grandi après le génocide n'étaient pas favorables à un développement sain pour les jeunes enfants que nous étions. Pourtant, mes parents et autres membres de la famille élargie ont fait tout ce qui était en leur pouvoir pour que mon enfance soit la plus normale possible et moins handicapante. Pendant que la plupart des enfants de mon âge à Nyamirambo étaient devenus enfants de la rue et semblaient de plus en plus dans la toxicomanie, ma famille a réussi à nous scolariser et à prendre soin de nous malgré les contraintes dans lesquelles nous étions.

Cependant, à partir du moment où j'ai vécu ce viol en milieu scolaire, ma vie a basculé. Tout le monde me regardait comme une criminelle, j'étais encore mineur, mais je portais aux yeux du monde l'entière responsabilité de ce qui m'était arrivé. J'étais enceinte sans être mariée et cela donnait le droit à tous de me considérer comme une fille aux mœurs légères. Je me faisais regarder de travers par les passants, je me faisais juger par les voisins et même par quelques membres de ma famille élargie et la situation allait à s'empirant, jusqu'à ce que je sois expulsée de l'école sous prétexte que je suis enceinte. En plus des conséquences de ce viol sur ma santé physique et psychologique, je devais endurer le déshonneur, les jugements à l'emporte-pièce et les insultes et voir mes chances de continuer mes études compromises.

Pendant ce temps, l'homme qui m'a violé n'était nullement inquiet, sa vie professionnelle et familiale évoluait sans aucun dérangement. Je vivais cette situation comme une injustice crasse et j'étais découragée de voir le sort que notre société réservait aux jeunes filles victimes de violences sexuelles alors que les violeurs vivaient leurs vies dans l'impunité la plus totale. Je trouvais les adultes indignes, car ils n'arrivaient pas à protéger les enfants de ces abus et les faisaient en plus payer le prix de leurs propres incapacités. Cette situation a été incroyablement frustrante et démoralisante, j'avais fait tellement d'efforts pour résister à la désespérance ambiante

et pour réussir à l'école. Les blessures émotionnelles qui résultaient de cette situation étaient profondes.

5.5 DE LA RÉSISTANCE À LA RENAISSANCE

Nous avons traversé une période d'insécurité et de guerre, période sans espoir, période de tueries généralisées et sans refuge. Nous avons également vécu une période postgénocide qui était caractérisée par le désespoir, les blessures et traumatismes aussi bien corporels que psychologiques. Il nous a été demandé de fournir des efforts surhumains pour survivre et continuer d'avancer.

Dans de telles circonstances, il est normal de ressentir du désespoir et de la fatigue d'exister. Cependant, il est important de se rappeler que les échecs et les moments difficiles font partie intégrante de la vie. Ils peuvent devenir des opportunités d'apprentissage et de croissance, même s'ils sont douloureux, épuisants et si difficiles à vivre. Bien qu'il soit tout à fait naturel de ressentir de la tristesse, de la colère ou du désespoir face à de telles épreuves, il n'est pas donné à tous de pouvoir prendre le temps de reconnaître son expérience et de ressentir ses émotions. Je n'ai pas eu la chance de pouvoir m'offrir de l'autocompassion. J'avais intériorisé le regard des autres sur ma situation, je me maltraçais. Je me blâmais excessivement et je faisais comme tout le monde et je croyais être l'unique responsable de ma situation. J'en prenais toute la responsabilité et cela me faisait du mal. Comme l'ensemble de la société me blâmait, je me disais que tout le monde ne pouvait pas avoir tort en même temps.

Après ce choc de violence et la grossesse précoce, j'avais un dilemme dans mes pensées : je devais apprendre de cette expérience et la vie devait continuer, de l'autre côté, c'était une honte pour moi et une grande douleur d'être le déshonneur de ma famille. Comme je l'ai mentionné dans les chapitres précédents, ma famille a vécu avec moi cette épreuve, ils ont porté la honte avec moi, mais ils m'ont toujours soutenu. Ils ont fait un cercle de protection autour de moi, ils ont été le moteur de ma résistance. Ils ont été ma sécurité, mon soutien, ma matrice de résilience qui m'a si bien contenue, protégée et encouragée.

Les épreuves peuvent fournir des informations précieuses pour orienter les prochains pas dans une vie, c'est d'autant plus vrai quand on se sent moins seul dans ce qui nous arrive. Ce n'était pas facile pour moi de survivre encore à cette autre épreuve, mais l'amour de ma famille m'a donné la force de me battre, pour apprendre de mon expérience et rebondir malgré tout.

Apprendre de son expérience au cœur de l'épreuve est une compétence importante pour la croissance personnelle et professionnelle. Les échecs, tout comme les épreuves sont inévitables dans la vie, mais ce qui compte vraiment, c'est comment la personne réagit à ce qui lui arrive et réussit à tirer des leçons de ses expériences. Chaque épreuve contient des leçons précieuses. Comme disait si bien Nelson Mandela « Je n'échoue jamais, j'apprends ». Prendre le temps d'accueillir son expérience, de la raconter, de la réfléchir en vue de récolter ses leçons est une voie de résistance et de résilience. En effet, comme le précise Rugira (2004), il est important de sortir du mutisme, de sortir de la phase où le choc nous tétanise, pour apprivoiser son expérience en l'exprimant, quel que soit le moyen, que ce soit en l'écrivant, en la symbolisant ou encore en la partageant en vue de pouvoir finalement la transformer. On peut alors en fait une occasion de rebondir, de nous amener ailleurs, dans plus de vie, plus de joie et plus de santé. C'est la seule manière d'éviter de tourner en rond dans un cercle vicieux qui fait répéter les traumatismes. Il devient alors possible de se recommencer, de puiser de la force et de la confiance dans les épreuves traversées et les apprentissages qui en découlent.

Même s'il est essentiel de reconnaître que l'on est éprouvé sans chercher à minimiser ou à nier la réalité, il m'a pris du temps avant de pouvoir accepter et reconnaître ce qui m'était arrivé. Or, c'est l'acceptation de la réalité qui permet de commencer le processus d'apprentissage. Au départ, je ne parvenais pas à comprendre comment une telle chose avait pu m'arriver. Je passais tout mon temps à tourner en rond dans ma tête en me demandant ce que j'aurais pu faire différemment pour éviter de me retrouver dans cette galère qu'était devenue ma vie. Je n'arrivais pas à me dire que l'unique responsable de cette situation est la personne qui m'a violé alors qu'il était chargé de me protéger et de m'éduquer. Je ne sais pas pour quelle raison je continuais à chercher des coupables ailleurs. Je me demandais constamment comment mes parents auraient pu mieux me protéger, ou encore comment moi j'aurais pu lui résister malgré

que j'étais encore un enfant, que j'étais sous son autorité et que j'avais peur de désobéir à un adulte comme je l'avais appris dans ma famille. Tant et aussi longtemps que j'étais plongé de ce type de réflexions, je m'enfonçais dans des émotions négatives et quelquefois j'avais envie d'agir impulsivement contre moi-même ou encore de me laisser submerger par le découragement. Parfois, j'avais le sentiment que les émotions négatives étaient bien plus fortes que moi. J'avais la tentation de tout abandonner, ma vie, celle de mon enfant, l'école et l'espoir de pouvoir un jour surmonter cette autre épreuve.

C'est dans de tels moments que les autres sont une véritable bénédiction. Les encouragements de mon père, le support de ma mère et la bienveillance de mes frères et sœurs ont été pour moi salvateurs. Il en est de même pour quelques amis qui sont restés proches et fidèles dans l'adversité.

#Je me souviens d'une journée, au cours de ma grossesse où j'étais seule avec une amie. Elle voyait bien que je peinais à me relever face à cette grossesse accidentelle et au traumatisme vécu lors de ce viol qui m'a fait précocement mère. Elle savait que j'étais surtout écrasée par les jugements injustes dont j'étais la cible. Je lui disais que j'étais fatiguée, que je n'avais plus la force de me battre, la force de continuer à faire honte à ma famille. Elle me suppliait avec insistance et me priait de ne pas oublier que je ne suis pas seule dans ce cas. Qu'il y a beaucoup d'autres adolescentes qui sont dans la même galère que moi et qui n'ont pas la chance d'être aussi bien entourées que moi. Elle me rappelait que je n'étais pas seule, que ma vie valait la peine que je me batte. Elle me disait :

« De nombreuses personnes ont vécu des expériences similaires et ont réussi à surmonter des périodes de grand désespoir. Avec le temps, le soutien approprié et un sérieux engagement envers ton propre bien-être, tu verras que tu es capable de trouver des moyens de te relever et de continuer à avancer. Tu le peux, car tu es forte, car tu mérites une vie belle et bonne et surtout parce que tu es aimée et que tu n'es pas seule. Tu es soutenue et ensemble nous allons y arriver ».

CONCLUSION GÉNÉRALE

Alors que j'arrive au bout de cette démarche de recherche, je me sens prête à récolter les fruits de mon chemin et je sens le besoin de partager avec d'autres mes moissons. En effet, survivre à l'expérience de la guerre, du viol ou encore à l'épreuve de la maternité précoce est un long et complexe processus. Il est important de souligner que chaque situation est unique, et que les voies de résistance varient en fonction des personnes, des contextes, des ressources disponibles et des cultures.

Soulignons que l'essentiel est de chercher un soutien adapté à chaque situation et de promouvoir un environnement où les mères adolescentes, et toutes les survivantes de violences à caractère sexuel soient écoutées, respectées et soutenues, tout au long de leur processus de guérison et de reconstruction. Avec des conditions appropriées, chaque personne peut à son rythme trouver la force de faire face à l'adversité, de s'adapter et de se rétablir après des expériences traumatisantes. Les mères adolescentes peuvent ainsi surmonter des épreuves difficiles et réussir à se reconstruire et à prospérer malgré les défis auxquels elles ont été confrontées. Elles peuvent ainsi devenir une source d'inspiration et d'espoir pour d'autres personnes qui traversent des situations similaires. À cette étape de ma démarche, je tiens à souligner l'importance de construire autour des survivantes des violences sexuelles et des mères adolescentes des réseaux de soutien et des liens bienveillants.

Réseaux de soutien et liens bienveillants – Vers la construction des matrices de résilience

Les réseaux de soutien et les relations bienveillantes sont extrêmement importants pour les mères adolescentes et pour toutes les survivantes des violences à caractère sexuelles. Ces jeunes femmes font face à des défis immenses et complexes, et avoir un réseau de soutien solide et stable peut jouer un rôle crucial dans leur rétablissement physique, émotionnel, relationnel, spirituel ainsi que dans leur capacité à s'occuper de leurs enfants. Des relations bienveillantes constituent un support de qualité qui permet le renforcement de l'estime de soi et rend possible une reconstruction identitaire. Un seul accompagnateur, voire une seule forme d'accompagnement n'est pas indiqué dans de telles situations. Comme on dit chez nous, ça prend un village pour

élever un enfant, mais aussi pour accompagner des personnes vieillissantes tout comme celles qui ont besoin de se reconstruire après de grandes épreuves profondément traumatisantes. On parle alors de leur offrir une matrice de résilience, pour pouvoir répondre à leurs multiples besoins et apaiser leurs multiples sources de stress. Il est nécessaire d'identifier les ressources individuelles et sociales dont disposent ces jeunes femmes, telles que le soutien familial, les amis, les thérapeutes, les groupes de soutien et les services communautaires. Par ailleurs, Il est très important d'identifier les compétences en résilience nécessaires, telles que la communication, la gestion du stress, la résolution de problèmes et la régulation émotionnelle. Il s'avère important aussi de fournir des outils et des stratégies pour développer ces compétences. Il faut donc travailler à encourager l'expression émotionnelle saine et fournir des outils pour apprendre à gérer les émotions négatives. Les jeunes mères peuvent ainsi développer des stratégies pour faire face à l'anxiété, à la dépression et aux traumatismes. Elles ont besoin d'aide pour y arriver.

Apprendre à célébrer les succès

Sur le chemin de rétablissement il est essentiel de créer des conditions pour permettre aux jeunes survivantes aux prises avec des enjeux de maternité précoce d'identifier, de reconnaître, de souligner et de célébrer tous les pas, toutes les réalisations si petites soient-elles en vue de les aider à renforcer la confiance en soi et de réaliser qu'elles sont capables de surmonter les défis qui sont devant elles. Ainsi, elles peuvent progressivement développer un sentiment d'auto-efficacité et d'autonomie, ce qui les encourage à prendre des décisions éclairées concernant leur propre vie et celle de leurs enfants. Soulignons qu'il faut constamment surveiller les progrès et ajustez la matrice de résilience en fonction des besoins changeants des mères adolescentes, puisque la résilience est un processus évolutif.

Lorsque le processus de rétablissement est bien accompagné, il permet de développer de la flexibilité et de l'adaptabilité, des qualités nécessaires pour apprendre à naviguer sa vie en pleine tempête. Comme on a pu le voir tout au long de cette étude des mères adolescentes, surtout celles qui sont des survivantes font face à des défis d'une grande complexité et de très grande imprévisibilité, et leur capacité à s'accommoder aux changements et à faire preuve de malléabilité peut jouer un rôle clé

dans leur rétablissement et leur capacité de se reconstruire et de prendre soin de leurs enfants.

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- Anadón, M., & Guillemette, F. (2006). La recherche qualitative est-elle nécessairement inductive, *Recherches qualitatives*, 5(1), 26-37.
- Anadón, M., & Savoie-Zajc, L. (2009). Recherches qualitatives. L'analyse qualitative des données, 28(1), 1-7.
- Association mémoire traumatique et victimologie (2015), Dénis de Protection, de Reconnaissance et De Prise en Charge : Enquête Nationale auprès des Victimes, Paris, France
- Ausloos G. (1982) : « Délinquance et thérapie familiale : le double lien scindé thérapeutique », *Bulletin de Psychologie*, tome XXXVI, 359
- Bouchard, P. et Cloutier, R. (1998). Éducation et émancipation. *Recherches féministes*, 11(1), 1-6.
- Bowlby, J. (1979). The bowlby-ainsworth attachment theory. *Behavioral and Brain Sciences*, 2(4), 637-638.
- Caron, V. (2012). *Résilience*
- Carrier, C. (1997). L'expérience du rapport à soi lors d'un changement actualisant. (Thèse de Ph. D.) Université Laval.
- Clodic-Tangus F., Nos voies de résiliences : Traverser les effondrements. (2021). *Massot Editions*, Paris
- Coffey, A., & Atkinson, P. (1996). *Making Sense of Qualitative Data, Complementary Research Strategies*. London, Thousand Oaks, CA and New Delhi: Sage Publications.
- Courtois, A. & Mertens de Wilmars, S. (2004). La pratique « à plusieurs » : matrice de résilience pour les thérapeutes et les patients. *Thérapie Familiale*, 25, 303-322.
- Craig, P. E. (1978). The heart of the teacher, a heuristic study of the inner world of teaching. Doctoral Dissertation at Boston University of Graduate School.
- Cyrulnik B. (1999) : *Un merveilleux malheur*, Odile Jacob, Paris.

- Delage M. (2002) : Aide à la résilience familiale dans des situations traumatiques, *Thérapie familiale* 23, 3, 269-287.
- Depraz, N. (2006). *Comprendre la phénoménologie. Une pratique concrète*. Paris : Armand Colin
- Depraz, N., Varela, F. J., et Vermersch, P. (2003). *On becoming Aware*. NewYork : John Benjamins Publishing Company.
- Depraz, Nathalie (1999) *Écrire en phénoménologue : une autre époque de l'écriture*. France : Encre Marine, 219 p.
- Dilthey, W. (1947). « Œuvres, vol. III ». Dans : *L'édification du monde historique*. Paris : Éditions du Cerf.
- Ehrensaft E., Tousignant M. (2001) : « L'écologie humaine et sociale de la résilience » in (M. Anciaux, dir.) *La résilience, résister et se construire*, Editions Médecine et Hygiène, pp. 125-136.
- El Gendy, A. (2016), *Suicide de l'odeur de girofle*, éd. Alramal, Le Caire, Egypte
- Ellingson, L.L.& Ellis, C., (2004), *Autoethnography as Constructionist Project* (Handbook of constructionist research), New York
- Ellis, C., Adams, T. E. & Bochner, A. P., (2011), *Autoethnography: An Overview*, Vol. 36, No. 4 (138), pp. 273-290 *féministes*, 11(1), 1-6.
- Gadamer, H.-G. (1976). *Vérité et méthode*. Paris: Seuil
- Gauthier, J.-P. (2015). *La conversion au contact du corps sensible, une recherche heuristique*. (Thèse de doctorat en sciences sociales, spécialisation psychopédagogie perceptive) Porto : Université Fernando Pessoa.
- Gauthier, J.-P (2007). *De l'interdit de dire au droit d'être : chemins de Transformation. Vers une mise en forme de soi, de son expression et de sa pratique d'accompagnement à médiation du corps en mouvement (mémoire de maîtrise)* *L'université du Québec à Rimouski*.
- Godard, M. O., & Ukeye, M. J. (2012). *Enfants du viol : questions, silence et transmission*. *Le Télémaque*, (2), 117-129.

- Gohier, C. (2004). « De la démarcation entre critères d'ordre scientifique et d'ordre éthique en recherche interprétative ». *Recherches qualitatives*, 24, 3-16.

- Goron, H., (2021), De la pensée binaire d'Aristote à la pensée complexe d'aujourd'hui, la problématique du tiers exclus ou du tiers inclus : courant dominant de pensée et conformisme intellectuel (Séminaire interne non publié), Académie des Sciences et Lettres de Montpellier, Montpellier, France

- Grondin, J. (2006). *L'herméneutique* (1re éd.). Paris : PUF.

- Heidegger, M. (1986) *Être et temps*. Paris : Gallimard.

- Husserl, E. (1992). *L'idée de la phénoménologie*. Paris : PUF.

- Kelle, U., & Bird, K. (Eds.). (1995). *Computer-aided qualitative data analysis: Theory, methods and practice*. Sage.

- Kuhn, T. S., & Meyer, L. (1983). *La structure des révolutions scientifiques* (Vol. 2). Paris: Flammarion

- Leblanc-Casavant, Mathieu (2015). *De la désespérance à l'apprenance : parcours heuristique au contact du suicide*. Mémoire. Rimouski, Québec, Université du Québec à Rimouski, Département de psychosociologie et travail social, 256 p.

- Lévesque, S., *Maternité précoce, violence et résilience : de jeunes mères témoignent*, Presses de l'Université du Québec, Québec, Canada

- Maestre M. (2002/2) : *Entre résilience et résonance. A l'écoute des émotions*, Cahiers critiques de Thérapie familiale et de pratiques de réseaux, p. 29.

- Morais, Sylvie (2014). *Faire de la recherche en première personne et de la recherche-crédation en première personne*. (Le journal du Grex No 105). Université du Québec à Rimouski.

- Munyandamutsa, N. (2002). *Question du sens et des repères dans le traumatisme psychique. Réflexions autour de l'observation clinique d'enfants et d'adolescents survivants du génocide rwandais de 1994* (Médecine & hygiène Éditions) Genève, p. 2.

- Nahoum-Grappe, V., (2019), *La Culture Contemporaine du Viol : Mise en scène, signe de domination, arme en temps de guerre*, Le Seuil

- Niwemugeni, Marie-Ange (2018). Reconstruction identitaire en contexte d'exil : une recherche heuristique. Mémoire. Rimouski, Université du Québec à Rimouski, Département de psychosociologie et travail social, 240 p.
- Nze, MVN. Les violences sexuelles faites aux filles en milieu scolaire : la problématique du harcèlement sexuel en milieu scolaire gabonais. (2020) *Université Laval, Québec (Thèse)*
- Organisation Mondiale de la Sante. (2013). *Strengthening Health System Resilience*
- Paillé, P. ET Mucchielli, A. (2012). L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales (3e éd.). Paris : Armand Colin.
- Paillé, P. ET Mucchielli, A. (2008) L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales. Paris : Armand Colin, 315 p.
- Saint-Germain, A., (2014) Différentes stratégies d'intervention offertes aux mères adolescentes sont-elles efficaces pour prévenir la maltraitance envers leur enfant ? (Mémoire), L'université du Québec à Trois-Rivières
- Savy, N. (2013). Le patriarcat : et si c'était le commencement de la fin ? *Après-demain*, (2), 5-8.
- Smith, B. & Sparkes, A. C., 2008, p. 24, Contrasting perspectives on narrating selves and identities: an invitation to dialogue, *Qualitative Research*, Volume 8, Issue 1
- Sylvie Le Bihan (2017, p.216) : « Un viol n'est pas qu'une intrusion corporelle, c'est une invasion totale ».
- Tisseron, S., La résilience. (2017). *Presses Universitaires de France, Paris*
- Trudel, L., Simard, C., & Vonarx, N. (2006). La recherche qualitative est-elle nécessairement exploratoire. *Recherches qualitatives*, 5, 38-55.
- Trys, L. (2019). *Escape the Shadows, Bookelis*
- Van der Kolk, B. (2015) *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma, Penguin Publishing Group*
- Van der Maren, J.-M. (1995). *Méthodes de recherche pour l'éducation. Montréal : Presses de l'Université de Montréal.*

- Walsh F. (1996): The concept of Family Resilience: Crisis and Challenge, Family Process, 35, 3, 261-262.