

ET SI ON PARLAIT DE CONSENTEMENT ?

LORS DES RELATIONS SEXUELLES

DOSSIER PÉDAGOGIQUE

CAMPAGNE 2018



Merci à toutes les personnes qui nous ont aidé à mener cette campagne sur le consentement sexuel, notamment :

Yasmine Thai (Latitude Jeunes), Fabienne Desquay (Ça vaut pas l'coup), Céline Honorez (CPF-FPS Mons), Norine Stenico (CPF-FPS Namur), Catherine Spiece (PIPSa), Globule Bleu, les acteur-ric-e-s et l'équipe de production dans le cadre de nos capsules vidéos, le réseau associatif Solidaris, les Centres de Planning familial des FPS et l'ensemble de l'équipe de la FCPF-FPS.

Rédaction: Florence Vierendeel et Eléonore Stultjens

Mise en page: Eléonore Stultjens

Editrice responsable: Xénia Maszowez, ½ Place Saint-Jean, 1000 Bruxelles.

Une campagne de la Fédération des Centres de Planning familial des Femmes Prévoyantes Socialistes.

Avec le soutien de la Région Bruxelles-Capitale, la Direction equal.brussels et la Fédération Wallonie-Bruxelles.



SOMMAIRE

POURQUOI CE DOSSIER PÉDAGOGIQUE ? - 4

ETAT DES LIEUX SUR LA NOTION DE CONSENTEMENT - 6

DÉCODAGE DES STÉRÉOTYPES LIÉS À LA NOTION DE CONSENTEMENT - 12

NOTRE CAMPAGNE : OUTILS ET PISTES DE RÉFLEXIONS - 23

CONCLUSION - 32

LEXIQUE - 33

BIBLIOGRAPHIE - 35

POUR EN SAVOIR PLUS - 37

QUI SOMMES-NOUS ? - 39

POURQUOI CE DOSSIER PEDAGOGIQUE ?

Le consentement, on en parle de plus en plus souvent, notamment dans les médias, à l'école, dans notre entourage ou en société, mais qu'est-ce que cette notion recouvre ? Quels sont les stéréotypes qui entourent ce terme ? Comment aborder cette notion dans un contexte sexuel ? Comment exprimer son (non-)consentement lorsqu'on est en couple ? Ce dossier apporte des clés de lecture et de réflexion afin d'appréhender la notion de consentement. Son objectif est de donner aux intervenant-e-s du monde psycho-médicosocial (et plus largement, à toute personne intéressée) toutes les informations nécessaires afin qu'ils/elles soient en mesure d'aborder la thématique du consentement au sein des relations sexuelles, notamment dans leurs pratiques avec leur public ou de mener à bien une ou plusieurs animation(s) auprès d'un groupe (scolaire ou non-scolaire).

Ce dossier permet à son utilisatrice/eur de s'approprier la notion de consentement en trois étapes. Chaque étape est suivie de pistes d'animations permettant de jongler entre différents supports (papier, audiovisuel, etc.).

Premièrement, il/elle pourra parcourir **l'état de la littérature** concernant la notion de consentement ainsi que la définition du consentement développée par la Fédération des Centres de Planning familial des FPS (FCPF-FPS).

Deuxièmement, **un sondage** à destination du grand public a été partagé sur nos réseaux sociaux du 23 avril au 7 juin 2018 auquel 1.036 personnes ont répondu¹. Les résultats seront analysés dans ce dossier pédagogique de façon à déconstruire les stéréotypes, à la fois positifs et négatifs, liés à la notion de consentement.

L'animatrice/eur sera amené-e à réfléchir sur la perception du consentement au sein même de ses propres pratiques à travers une version simplifiée de ce sondage.

¹ Ce questionnaire a été élaboré en concertation avec plusieurs acteurs du monde associatif (Ça Vaut Pas l'Coup, Femmes Prévoyantes Socialistes, Latitude Jeunes, Association Socialiste de la Personne Handicapée, Espace Seniors).

Troisièmement, l'animatrice/eur pourra découvrir les outils proposés par notre campagne : des capsules vidéos, le présent dossier pédagogique, des cartes postales de sensibilisation ainsi que des conférences à destination du grand public. **Les capsules vidéos**, basées sur les résultats du sondage, exposent trois situations où le consentement fait défaut. Les trois outils vidéos seront commentés dans ce dossier afin de les contextualiser.

L'utilisatrice/eur de ce dossier et ses bénéficiaires ressortiront avec une vision clarifiée de la notion de consentement dans le champ de la sexualité ainsi que des pistes concrètes d'animations.

ETAT DES LIEUX SUR LA NOTION DE CONSENTEMENT

Le consentement sexuel est **une notion complexe**. Les expert-e-s peinent à s'accorder sur une définition claire de ce concept et les études sur le sujet sont rares. Comme le précise le chercheur Francisco Juan José Viola, « même dans la littérature portant sur le consentement sexuel il n'existe pas de consensus, ni comment on devrait le définir ni comment il devrait se communiquer »².

Cependant, à l'heure actuelle, l'effervescence autour de cette notion est palpable... En effet, suite à l'affaire dite « Weinstein », mettant en lumière des mouvements protestataires tels que « Me too », « Balance ton porc » ou encore « Time's up », la thématique s'est transformée en un véritable enjeu de société. Journalistes, politicien-ne-s, juristes ou encore militant-e-s s'emparent peu à peu du sujet, ce qui témoigne de l'éveil de l'opinion publique. Mais attention, **parler du consentement sexuel n'est pas si simple**... De nombreux débats persistent et la multiplicité des points de vue mais aussi des informations diffusées peut créer la confusion autour de cette notion. Et si on faisait le point ensemble ?³

QUE DIT LA LOI BELGE ?

En Belgique, **la majorité sexuelle est fixée à l'âge de 16 ans**, « ce qui veut dire qu'on peut avoir des relations sexuelles librement consenties avec autrui dès l'âge de 16 ans. » Si le jeune a un rapport sexuel entre **14 et 16 ans**, le législateur considère alors qu'**il y a attentat à la pudeur**, qu'il y ait consentement ou non. Mais dans les faits, cela relève de l'appréciation des juges au cas par cas. Par contre, **avant 14 ans**, tout acte de pénétration sexuelle est strictement interdit et est considéré comme étant un **viol**.

² VIOLA, Francisco Juan José, « Considérations éthiques sur le consentement comme noyau de la sexualité », vol. 24, *Sexologies*, 2015, mis en ligne le 22 juillet 2015, consulté le 19 février 2018, URL : <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1158136015000572>

³ Les informations dans l'encadré « Que dit la loi belge ? » se basent notamment sur : RTBF La première, « En Belgique, la majorité sexuelle est fixée à 16 ans mais la notion est floue », [rtbf.be](https://www.rtbf.be/info/societe/detail_en-belgique-la-majorite-sexuelle-est-fixee-a-16-ans-mais-la-notion-est-floue?id=9859562), mis en ligne le 07 mars 2018, consulté le 07 septembre 2018, URL : https://www.rtbf.be/info/societe/detail_en-belgique-la-majorite-sexuelle-est-fixee-a-16-ans-mais-la-notion-est-floue?id=9859562

Dans le Code Pénal, l'article 375 détermine les éléments constitutifs d'un viol. C'est dans ce cadre que la loi se réfère à la notion de consentement.

« Tout acte de pénétration sexuelle, de quelque nature qu'il soit et par quelque moyen que ce soit, commis sur **une personne qui n'y consent pas**, constitue le crime de viol.

Il n'y a pas consentement notamment lorsque l'acte a été imposé par violence, contrainte ou ruse, ou a été rendu possible en raison d'une infirmité ou d'une déficience physique ou mentale de la victime. »

Si la notion de consentement est clairement énoncée dans la loi, le législateur ne la définit pas. Il n'y est pas précisé qu'il s'agit d'un engagement « libre et éclairé » par exemple. La loi s'attèle principalement à définir le viol sous le prisme de la pénétration et de l'absence de consentement, en se concentrant sur le comportement de l'auteur-e. **Mais qu'est-ce que consentir ? Le législateur occulte totalement cette question.** Pourtant, le consentement de la victime est au cœur du procédé judiciaire puisque c'est cette notion qui détermine s'il y a agression ou non et c'est sur cette base que des preuves – à charge ou à décharge – devront être fournies. Il s'agit donc d'une notion très importante sur le plan juridique ! Pourtant, elle reste floue.

Cette absence de définition, sociale et juridique, de la notion de consentement sexuel pose problème d'autant plus que, selon la loi, **la responsabilité de la preuve repose sur la victime.** C'est donc à elle de prouver qu'il y a eu usage de violence, contrainte ou ruse par l'auteur. Mais l'absence de consentement se limite-t-il à ce type de situations ? La loi ne dit mot, par exemple, sur les violences dites « invisibles », c'est-à-dire l'ensemble des pressions relevant des sphères sociale et psycho-émotionnelle. Elle fait également abstraction du phénomène dit de sidération, qui se manifeste pourtant chez 2 victimes de viol sur 3⁴. **Tant de scénarios où il est impossible d'apporter des preuves de résistance.** En clair, comme l'avance l'avocate Marilyn Baldeck, « **si la femme est passive, c'est qu'elle est consentante [...]. Pour le droit, céder, c'est consentir** »⁵.

⁴ ROMAN, Diane, *Violences de genre et consentement*, Conférence, Université Libre de Bruxelles, le 21 février 2018.

⁵ BEAUFILS, Charlotte, « La perception du viol dans notre société », humansforwomen.org, mis en ligne le 2 mars 2016, consulté le 23 juillet 2018, URL : <http://www.humansforwomen.org/le-blog/la-perception-du-viol-dans-notre-socite>

LE CAS DE LA SUEDE : UNE LOI PROGRESSISTE

Le 1^{er} juillet 2018, une loi sur le consentement sexuel est entrée en vigueur en Suède. Cette loi a le mérite d'accorder de l'importance à cette notion. En effet, le législateur suédois y précise qu'**un acte sexuel sans accord explicite est désormais considéré comme viol**, qu'il y ait usage ou non de la violence et/ou de la menace de la part de l'auteur-e. Bien sûr, cela ne signifie pas qu'un contrat formel devra être signé avant tout acte sexuel... Mais bien que les juges et tribunaux devront être attentifs à l'expression du consentement en tant que tel, que cela soit par des mots, des gestes, une attitude. Auparavant, ne pas avoir dit « non » explicitement ne suffisait pas pour condamner l'auteur. Désormais, cette absence d'approbation peut également être un élément constitutif du crime. Il s'agit donc d'**un changement de paradigme important** : céder, ce n'est plus consentir.

Qui ne dit mot ne consent pas toujours. Dans la littérature scientifique, cette idée relève du consensus⁶. En ce sens, la loi belge démontre ses limites. Celle-ci pose également problème pour certain-e-s en raison de l'utilisation de la notion de consentement pour déterminer un viol.

En effet, le terme « consentir » apparaît au début du 20^e siècle et est en lien avec la montée du libéralisme et la nécessité de contractualiser les échanges. L'expression en elle-même suppose alors l'autonomie des individus mais aussi « ***l'égalité des partenaires et les conditions sociales de possibilité d'un choix*** »⁷. C'est l'idée d'un consentement libre et éclairé⁸. Or, l'égalité entre les femmes et les hommes est encore loin d'être acquise. Dès lors, pour de nombreuses auteures féministes, la notion de consentement est hors sujet puisque la structure de pouvoir demeure basée sur la domination masculine. La Fédération des Centres de Planning familial des Femmes Prévoyantes Socialistes (FCPF-FPS) pense quant à elle qu'il est important de prendre en considération la critique féministe mais que la notion de consentement demeure intéressante. En effet, l'évolution des rapports sociaux est un travail de longue haleine et, face à cet enjeu, le

⁶ Voir la bibliographie p. 35.

⁷ JAUNAIT, Alexandre, MATONTI, Frédérique, « L'enjeu du consentement », *Raisons politiques*, n°46, 2012, consulté le 23 juillet 2018, URL : <https://www.cairn.info/revue-raisons-politiques-2012-2-page-5.htm>

⁸ Pour plus d'informations sur cette notion, veuillez consulter notre lexique p. 33.

rôle des femmes est essentiel. Il est donc nécessaire de leur **offrir les ressources adéquates pour s'emparer de la notion de consentement dans une perspective critique.**

NOTRE APPROCHE

Notre association prône une définition élargie du consentement sexuel, basée sur **la découverte de sa sexualité, de ses envies, de ses limites⁹ et du respect à leur accorder** (par rapport à soi-même mais aussi à autrui). L'objectif est alors **d'être en adéquation** avec ce que l'on ressent, ce que l'on pense et de développer les compétences nécessaires pour **l'exprimer et le signifier positivement** à son/sa partenaire mais également pour **le détecter** chez son/sa partenaire. Dans ce sens, la notion de consentement sexuel va bien au-delà d'un simple accord entre parties et comporte **une dimension critique et sociale.**

NOS PROPOSITIONS D'ACTION

Au regard de cette approche, la FCPF-FPS propose différentes pistes d'action par rapport à la thématique du consentement. Les voici :

- Parler, dès le plus jeune âge, notamment lors d'animations EVRAS, de la notion de consentement, en prônant et valorisant la découverte de sa sexualité, de ses envies, de ses limites et du respect à leur accorder (par rapport à soi-même mais aussi à autrui).
- Sensibiliser tout un chacun-e sur l'importance d'être en adéquation avec sa sexualité, ses envies et ses limites en développant les compétences qui permettent d'exprimer et d'identifier les signes d'un (non-)consentement.
- Conscientiser tout un chacun-e sur les signes permettant d'évaluer le degré de contrainte au sein de la relation (qu'elle soit amoureuse, sexuelle, conjugale,...).
- Dans ce contexte, questionner les violences de genre, les relations inégalitaires et la société patriarcale qui nous entourent afin de développer une approche globale et militante.
- Impliquer les femmes et les hommes au sein du débat : le consentement s'établit nécessairement dans un contexte d'échange ; la problématique est partagée.
- Inviter le législateur et les acteur-ric-e-s politiques à développer une réflexion critique par rapport à la notion de consentement en matière de sexualité.

⁹ Pour plus d'informations sur cette notion, veuillez consulter notre lexique p. 33.

Nos propositions, en résumé :

- Parler du respect au sein des relations à tous âges.
- Faire prendre conscience qu'il faut être en accord avec soi-même et ses envies.
- Attirer l'attention sur les signes (les mots, les gestes) d'un refus ou d'un accord.
- Apprendre à voir si les deux personnes dans une relation sont à égalité, si chacune peut s'exprimer et agir comme elle le souhaite.
- Se poser la question de l'égalité entre les femmes et les hommes dans notre société.
- Parler du sujet tant aux femmes qu'aux hommes.
- Demander aux politiciens de réfléchir à la question.

EN ANIMATIONS ?

VOICI QUELQUES IDEES D'ACTIVITES ...

- Réaliser **un brainstorming** : demander à chaque participant-e de réfléchir à un mot qu'il/elle associe à la notion de consentement et expliquer son choix.
- Reprendre **nos revendications**, former des sous-groupes, leur soumettre l'une des revendications et leur demander de réfléchir sur la proposition (ex : « Qu'est-ce que cela signifie pour vous ? », « Quel est votre avis sur la question ? », « Comment peut-on mettre ça en place ? »,...).
- Imaginer ensemble **une action** autour de la thématique du consentement (ex : liste de revendications, lettre aux ministres compétents, 10 informations sur le consentement à publier sur Facebook,...).

Testez vos représentations sur le consentement

À la suite de cet état de la littérature, un bref questionnaire va permettre à l'animatrice/eur de réfléchir à certaines facettes de la notion de consentement. L'animatrice/eur évalue via ce sondage sa propre perception du consentement avant de mettre en situation son public. Les différentes propositions du quizz seront interprétées dans la suite du dossier pédagogique.

Pour chacune des affirmations suivantes, indiquez si vous êtes « pas d'accord » ou « d'accord ».

	Pas d'accord	D'accord
Il est possible de signaler son désir sexuel par un simple regard.		
Pour être certaine-e que mon/ma partenaire ait envie d'avoir un rapport sexuel, j'ai besoin qu'il/elle l'exprime oralement.		
Je ne pense pas à demander le consentement de mon/ma partenaire avant un rapport sexuel.		
J'ai des difficultés à exprimer mon consentement à mon/ma partenaire avant un rapport sexuel.		
Une personne qui accepte d'avoir un rapport sexuel, après insistance de la part de son/sa partenaire, est consentante.		
Une personne qui dit « oui » à un rapport sexuel sans en avoir envie est consentante.		
Si mon/ma partenaire a envie d'avoir une relation sexuelle en matinée, je suis certain-e qu'il/elle en aura envie le soir même.		
Si, lors d'un rapport sexuel, une personne ne réagit pas, ni physiquement, ni verbalement, elle peut tout de même être consentante.		

Décodage des stéréotypes liés à la notion de consentement

Le consentement sexuel : chiffres et interprétation

La Fédération des Centres de Planning familial des FPS a lancé du 23 avril au 7 juin 2018 un sondage en ligne sur son site internet et sa page Facebook visant à appréhender les perceptions du grand public sur la notion de consentement sexuel. Ci-dessous vous trouverez un aperçu des résultats les plus interpellants et les plus intéressants à analyser. Attention, ces chiffres sont à nuancer étant donné que l'échantillon des 1.036 répondant-e-s au sondage n'est pas représentatif de la population belge : il s'agit d'un échantillon majoritairement féminin, composé d'employé-e-s et de diplômé-e-s du supérieur. Ce questionnaire est donc à appréhender comme un premier contact avec le grand public afin d'évaluer certaines tendances sans avoir comme prétention d'être statistiquement représentatif.

« JE NE PENSE PAS À DEMANDER LE CONSENTEMENT DE MON/MA PARTENAIRE AVANT UN RAPPORT SEXUEL »

35% des répondant-e-s, soit 367 personnes, **ne pensent pas à demander le consentement** de leur partenaire avant un rapport sexuel. Les moins de 26 ans sont d'autant plus nombreux à ne pas y réfléchir (43%). Par ailleurs, les femmes y pensent moins que les hommes (38% chez les femmes contre 26% chez les hommes).

QUE NOUS INDIQUENT CES RÉPONSES ?

Depuis 50 ans, la sexualité se montre davantage dans la société : dans les films de tout genre, dans la littérature, à travers la pornographie, la publicité mais aussi la musique. Les codes sociaux en matière de sexe ont évolué : les actes sexuels se sont diversifiés, les partenaires sexuels se multiplient, le sexe se banalise¹⁰. Face à cette multiplicité de références au sexe, beaucoup de personnes se posent encore des questions relatives à la sexualité, surtout les jeunes, par exemple : Le sexe en vrai, est-ce que c'est comme dans les films ? Suis-je obligé(e) de faire tout

¹⁰ WEINBERG, Achille, « La libération sexuelle et ses lendemains », *Sciences Humaines*, n°130, 2002, consulté le 20 juillet 2018, URL : https://www.scienceshumaines.com/la-liberation-sexuelle-et-ses-lendemains_fr_2582.html

ce que je vois dans les films ? Vais-je être à la hauteur ?¹¹ Mais trouver des réponses et parler de sexualité n'est pas toujours évident. Car sexe rime encore avec tabou pour certaines personnes¹². Malgré la banalisation sexuelle dans les médias, les partenaires n'ont pas facilement accès à **des modèles de conversation réaliste abordant la sexualité** de façon décontractée dans leur relation et n'ont pas forcément été habitués à aborder la sexualité sans gêne ni barrière.

Certains résultats du sondage permettent d'illustrer cette composante taboue de la sexualité. En effet, **20% des répondant-e.s** ont déclaré avoir des **difficultés à exprimer leur consentement** à leur partenaire avant un rapport sexuel. L'expression du consentement est d'autant plus compliquée pour **les plus jeunes** (33% chez les moins de 21 ans) et les **femmes** (22% contre 10% chez les hommes).

Ainsi, exprimer son consentement ou son non-consentement n'est pas évident pour un nombre important d'individus, que ce soit avant ou pendant un rapport sexuel. Exprimer son consentement est d'autant plus difficile que la parole se veut moins présente dans les rapports sexuels, davantage associés à des actes physiques que verbaux. Cette expression est d'autant plus compliquée pour les femmes car dans l'imaginaire sociale qui entoure la sexualité, les femmes sont perçues comme passives et les hommes, eux, sont associés à une image d'actifs, de dominants et d'entrepreneurs¹³.

QUEL EST L'ENJEU ?

Ne pas penser à demander le consentement du/de la partenaire et, parallèlement, ne pas exprimer son consentement, peut engendrer de l'incompréhension et/ou une mauvaise interprétation. L'incompréhension peut mener à une **relation non consentie**. Si la personne non-consentante prendra plus ou moins de temps pour se rendre compte de la situation de viol vécue, le/la partenaire ne percevra parfois pas cet acte sexuel comme un viol. Le/la partenaire ne réalisera donc pas les conséquences diverses que peut avoir une relation non-consentie sur la victime. Tant physiques que psychologiques, les conséquences d'un viol sur la santé sont

¹¹ L'observatoire du Sida et des sexualités, *Cycle de séminaires : Regards croisés sur la sexualité, Recueil de textes et analyse*, 2005, p.139, consulté le 25 juillet 2018, URL : <http://observatoire-sidasexualites.be/wp-content/uploads/publications-et-documents/2005-CycleVAS.pdf>

¹² *Ibid*, p.161.

¹³ La Fédération des Centres de Planning familial des Femmes Prévoyantes Socialistes, « Même pas vrai, faut pas croire tout ce qu'on raconte - Dossier pédagogique », 2016, p.55, consulté le 25 juillet 2018, URL : <http://memepasvrai.be/wp-content/themes/gbl-toolbox/pdf/Dossier-pedagogique.pdf>

diverses¹⁴: sentiment de solitude et de méfiance, grossesses non désirées, infections sexuellement transmissibles, troubles psychiques tels que des états de dépression, etc. Informer les individus sur la notion de consentement est essentiel. Une fois informés, ils seront en mesure de communiquer avec leur partenaire et d'éviter ainsi toute situation douteuse.

« IL EST POSSIBLE DE SIGNALER SON DESIR SEXUEL PAR UN SIMPLE REGARD. »

60% des répondant-e.s., soit 3 personnes sur 5, estiment qu'il est possible de signaler son désir sexuel par un simple regard. Les moins de 30 ans sont encore plus nombreux (65%) à affirmer que le regard suffit à signaler un désir. Les résultats ne présentent pas de différence en fonction du genre.

QUE NOUS INDIQUENT CES REPONSES ?

La sexualité recouvre une série de pratiques qui impliquent les différents sens. La parole peut être délaissée au profit d'autres gestes dits sensuels tels que des expressions d'enthousiasme et/ou d'excitation, des caresses, etc. C'est également ce que souligne le résultat suivant : 40% des répondant-e-s estiment qu'il n'est pas nécessaire que leur partenaire s'exprime oralement pour être sûr qu'il/elle ait envie d'avoir un rapport sexuel. Dans la catégorie des 31 à 45 ans, ils sont près de 46% à penser de même.

Des personnes qui se côtoient depuis un certain temps, quelle que soit la nature de leur relation, auront tendance à connaître et à reconnaître le langage corporel de l'autre personne ainsi que ses limites et ses envies en matière de sexualité. Néanmoins, il est parfois difficile, voire impossible, de connaître et de respecter les limites d'une personne sans communication explicite.

QUEL EST L'ENJEU ?

Lors d'une première rencontre, interpréter dans le regard du/de la partenaire un possible désir sexuel est plus difficile. D'autant que l'expression de ses limites de manière explicite lors d'une

¹⁴ La Fédération des Centres de Planning familial des Femmes Prévoyantes Socialistes, « Quelles conséquences sur la santé ? », [planningsfps.be](http://www.planningsfps.be), consulté le 20 juillet 2018, URL : <http://www.planningsfps.be/activites/Violences-sexuelles/Le-viol/Pages/quelles-consequences-sur-la-sante.aspx>

première interaction peut être entravée par une gêne ou une crainte de repousser l'autre. Comment savoir si ce regard veut réellement signifier un désir d'aller plus loin ?

Le risque réside dans le fait que les signes soient mal interprétés. Que ce soit une personne qui interprète des signes d'intérêts là où il n'y en a pas ou une personne qui n'aperçoit pas, voire ignore, les signes de refus existant. Ce qu'une personne croit ou ressent n'est pas nécessairement partagé par le/la partenaire. Ainsi, un simple regard peut être un premier signe pour connaître les limites et envies de l'autre, mais il est important de ne pas se limiter à cette simple action en cas de doute.

Le risque réel est que les signes de refus passent inaperçus ou soient même ignorés. Pour ne laisser aucune place à l'interprétation et se retrouver dans une situation où l'un-e ou l'autre partenaire n'est en réalité pas consentant-e, une solution est d'exprimer ses propres limites et envies mais également de s'enquérir de celles de son/sa partenaire. Il est important de s'assurer que le/la partenaire souhaite participer à l'échange physique.

« UNE PERSONNE QUI ACCEPTE D'AVOIR UN RAPPORT SEXUEL, APRÈS INSISTANCE DE LA PART DE SON/SA PARTENAIRE, EST CONSENTANTE. »

11% des répondant-e.s., soit 1 personne sur 10, estiment qu'une personne qui accepte d'avoir un rapport sexuel, après insistance de la part de son/sa partenaire, est consentante. Les personnes de plus de 45 ans sont plus nombreuses à penser l'insistance comme une composante du consentement (avec 15%). **Les hommes**, à hauteur de 14%, sont plus d'accord avec cette proposition que **les femmes**, avec 10%.

QUE NOUS INDIQUENT CES REPONSES ?

D'abord, qu'entend-on par insistance ? Il s'agit de poursuivre une action auprès de quelqu'un, qui se sentira sous pression, importuné ou embarrassé¹⁵.

La séduction passe par une série de signes corporels, de jeux de parole et de gestes dont le but est de montrer son intérêt et de réveiller celui de l'autre. Dans un contexte où la séduction est

¹⁵ Centre National de Ressources Textuelles et Lexicales, « Insistance », consulté le 02 août 2018 : <http://www.cnrtl.fr/definition/insistance>

vue comme un jeu, le risque réside dans le fait de ne pas (vouloir) percevoir les signes de non-consentement.

Entre insistance et séduction, tout dépend du contexte. Prenons la situation d'un couple dont la relation est établie depuis plusieurs années : les deux partenaires sont installées dans leur canapé, Lisa est absorbée par la télé, Aïsha, elle, est attirée par sa partenaire. Elle est câline, se rapproche et l'embrasse dans le cou. Celle-ci rigole et dit « Qu'est-ce que tu fais ? Je regarde la télé ! ». La sexualité est fluide : sa copine continue ses petits bisous, et Lisa a maintenant son attention tout à fait détournée. Elle réalise que « oui », elle préfère avoir un rapport avec sa copine plutôt que de regarder la télé ce soir.

Dans cette situation, le fait d'insister est incluse dans le jeu de séduction qui est reçu comme tel et n'est pas refusé. Mais dans d'autres cas, ce jeu est la porte d'entrée au doute, à la mauvaise communication et peut mener à une relation non-consentie.

QUEL EST L'ENJEU ?

Prenons une autre situation, une première rencontre : les deux personnes ne se connaissent pas, elles discutent, l'homme se rapproche, et la femme émet une légère résistance physique. Ce geste, intégré dans une conversation sympathique, fluide et drôle, n'a pas été perçu par l'homme comme une réponse négative à son avance. Il le voit comme un défi, ce qui lui donne envie de persévérer. L'insistance se fait plus forte, mais la femme qui a déjà exprimé son refus par plusieurs gestes ne sent pas écoutée, et a l'impression que quoi qu'elle fasse, il continuera. Elle n'a pas forcément la confiance pour oser s'exprimer par un « non » clair. Elle est donc amenée à outrepasser ses propres limites.

Il est donc important de comprendre que dès que la personne exprime qu'elle n'est pas intéressée par un rapport sexuel, que ça soit par des gestes ou par la parole, l'autre ne peut pas insister. Il faut être attentif aux différents signes et, d'autant plus lors d'une première rencontre, s'interroger sur les envies de son/sa partenaire à ce moment-là. Il est préférable de ne laisser aucune place au doute et d'oser communiquer. Car le consentement subit les interférences de facteurs externes. Une personne peut céder par peur d'être rejetée, en raison de la pression sociale, etc.

« UNE PERSONNE QUI DIT « OUI » À UN RAPPORT SEXUEL SANS EN AVOIR ENVIE EST CONSENTANTE. »

27% des répondant-e.s pensent qu'une personne qui dit « oui » à un rapport sexuel sans en avoir envie est consentante. Ce chiffre augmente considérablement chez les plus de 45 ans avec 41%. Enfin, pour 34% des hommes, dire « oui » à un rapport sexuel sans en avoir envie signifie donner son consentement, contre 25% chez les femmes.

QUE NOUS INDIQUENT CES REPONSES ?

Pourquoi la personne en question a-t-elle dit « oui » si elle n'en avait pas envie ? Pour la FCPF-FPS, consentir, c'est être d'accord pour avoir une relation sexuelle mais ce dans le respect de ses propres limites et envies. Plusieurs éléments peuvent pousser quelqu'un à céder à un acte sexuel sans être consentant :

- Les insistances de la part du/de la partenaire, telles qu'abordées plus haut ;
- Le chantage affectif : le/la partenaire met une pression psychologique qui peut être plus ou moins subtile sur la personne. Il s'agit, par exemple, de questionner l'attachement et l'amour de la personne si elle refuse d'avoir une relation sexuelle.
- La pression sociale : les normes sociales liées à la sexualité pèsent tant sur les hommes que sur les femmes. Les hommes doivent se conformer au modèle de « virilité », associée à la performance, à la drague, à l'initiative, etc. Les femmes doivent, elles, se conformer au modèle de « féminité », c'est-à-dire être la femme gentille mais séductrice, soumise mais digne, cool et pas coincée. Par exemple, la pression des pairs passe notamment par une injonction qui veut que la sexualité soit « fun », souhaitable et vue comme « normale » à partir d'un certain âge. Pour certaines personnes, il est donc inconcevable de dire « non », par crainte d'être mal vu par le/la partenaire mais également par les pairs. Ces normes genrées s'inscrivent dans un contexte où la maxime « vivre le moment présent à fond sans réfléchir aux conséquences » est valorisée, où le dépassement de soi et la recherche de nouvelles expériences sont encouragés et où règne la nécessité de garder une image de soi positive auprès des autres¹⁶.

¹⁶ FELICULIS, Stéphanie, « Quel consentement sexuel chez les jeunes femmes d'aujourd'hui ? », *Gestalt*, n°51, 2017, consulté le 20 juillet 2018, URL : <https://www.cairn.info/revue-gestalt-2017-2-p-75.html>

- L'idée du « devoir conjugal » : cette conception erronée du mariage ou des relations de couple en général veut que les partenaires soient lié-e-s par un lien intime qui justifierait d'être disposé-e à avoir des rapports sexuels pour faire plaisir au partenaire. Dans la partie du Code civil consacrée au mariage, il n'y a aucune mention du « devoir conjugal » et le viol conjugal est condamné par la loi depuis 1989. Le « devoir conjugal » n'existe pas : chacun-e est en droit de disposer librement de son corps, « être intimes, avoir des rapports sexuels fréquents, habiter ensemble ou être marié-e-s ne justifie pas le fait d'obliger l'autre à avoir des relations sexuelles »¹⁷. Cependant, il est inenvisageable pour certain-e-s personnes de dire « non » à son/sa partenaire, quelle que soit sa demande en terme de sexualité. C'est par exemple le cas au sein de certains couples de longue durée qui tentent de pimenter leur sexualité à travers de nouvelles pratiques telles que par exemple l'échangisme. Le/la partenaire peut ne pas apprécier cela et ne pas en avoir envie, mais se retrouve dans l'incapacité de discuter avec l'autre de ce qu'elle/il veut, de ce qu'elle/il aime et de ses limites en matière de sexualité.
- La crainte de dire « non » : liée à l'idée de « devoir conjugal », la crainte d'exprimer ses limites et son refus naît de la peur d'engendrer une réaction négative du/de la partenaire telle qu'une attitude de rejet, une rupture, des insultes, des violences, etc.
- Une quête de la sexualité : Pour certaines personnes, la sexualité peut être un moyen d'obtenir quelque chose tel qu'un contact physique. S'engager dans un rapport sexuel peut également se faire pour combler un manque affectif, expérimenter sa sexualité et ses limites, se mettre en danger, etc.

QUEL EST L'ENJEU ?

L'enjeu est d'oser exprimer ses limites. En effet, ne pas se sentir à l'aise vis-à-vis de sa/son partenaire pour émettre son refus ne permet pas de s'approprier sa sexualité et de disposer librement de son corps. Il est nécessaire de pouvoir se sentir en confiance dans sa relation pour parler librement de sa sexualité, même si ce sujet de conversation peut occasionner de la gêne pour certain-e.

¹⁷ La Fédération des Centres de Planning familial des Femmes Prévoyantes Socialistes, « Les violences sexuelles, c'est quoi ? », 2017, p.8, consulté le 20 juillet 2018, URL : http://www.planningsfps.be/SiteCollectionDocuments/FINAL%20-%20Brochure_FCPF-FPS_Violencessexuelles_A5.pdf

« SI MON/MA PARTENAIRE A ENVIE D'AVOIR UNE RELATION SEXUELLE EN MATINÉE, JE SUIS CERTAIN-E QU'IL/ELLE EN AURA ENVIE LE SOIR MÊME. »

93% des répondant-e.s sont opposés à l'idée suivante : « si mon/ma partenaire a envie d'avoir une relation sexuelle en matinée, je suis certain-e qu'il/elle en aura envie le soir même ». Cependant, parmi **les 20 ans et moins, 20%** pensent que si le partenaire a envie d'avoir une relation sexuelle en matinée, il/elle en aura certainement envie le soir même.

QUE NOUS INDIQUENT CES REPONSES ?

La majorité des répondant-e-s s'accorde sur le fait que le consentement est spécifique à chaque situation. Il doit en effet être présent **avant chaque rapport et à chaque étape de ce rapport**. Le fait que deux partenaires aient eu un rapport sexuel consenti au réveil ne veut pas dire qu'il en sera de même le soir, ni même dans plusieurs jours. L'envie et le consentement ultérieurs ne peuvent pas être présumés suite au fait que les partenaires aient déjà eu une relation sexuelle une fois.

Si le/la partenaire est consentant-e pour un acte sexuel (un cunnilingus par exemple), cela ne veut pas dire qu'il/elle sera consentante pour toutes les pratiques et positions sexuelles (la sodomie par exemple). De même, une personne qui, lors d'une rencontre est partante pour flirter et s'impliquer activement dans le jeu de séduction, ne veut en rien dire qu'elle est consentante pour aller plus loin et avoir une relation sexuelle.

Le consentement donné **sous l'effet de la drogue** (alcool, drogues douces et dures) n'est pas valable, car la personne ne dispose pas nécessairement de l'ensemble de ses capacités pour évaluer la situation et poser ses propres limites. Certaines drogues affectent directement les sensations affectives et sexuelles telles que la cocaïne et l'ecstasy. En augmentant « la sensualité, le désir de toucher et d'être touché »¹⁸, ces drogues mènent sur le moment les personnes qui

¹⁸ Modus Vivendi, « Ecstasy », brochure collective sous le direction de Modus Vivendi, p 11, URL : http://www.modusvivendi-be.org/IMG/pdf/bro_XTC.pdf

sont sous leur effet à consentir, alors qu'elles n'auraient pas spécialement consenti dans un état de sobriété.

Pour finir, le consentement est aussi rétractable. Autrement dit, si le/la partenaire a exprimé son consentement, **la décision de changer d'avis lui appartient**, que ce soit au moment même ou plus tard. Il est donc important de rappeler qu'à n'importe quel moment du rapport sexuel (dragage, caresses, baisers, pénétration, etc.), on peut changer d'avis et dire qu'on ne veut plus.

QUEL EST L'ENJEU ?

L'enjeu est de ne pas faire du consentement une généralisation. Partir du principe qu'une personne qui a consenti à un rapport sexuel un jour, le voudra toujours, est faux. Il en va de même concernant le fait qu'une personne qui consent à une position sexuelle spécifique sera consentante pour toutes les autres positions sexuelles imaginables ou pour cette position-là une autre fois, etc. Ces présuppositions erronées mèneront à des relations non-consenties avec toutes les conséquences physiques, sociales et psychologiques sur la santé des individus.

« SI, LORS D'UN RAPPORT SEXUEL, UNE PERSONNE NE REAGIT PAS, NI PHYSIQUEMENT, NI VERBALEMENT, ELLE PEUT TOUT DE MÊME ÊTRE CONSENTANTE. »

18% des répondant-e.s pensent que si une personne ne réagit pas, ni physiquement, ni verbalement lors d'un rapport sexuel, elle peut être consentante. Les hommes, les personnes de moins 21 ans ainsi que les personnes de plus de 45 ans sont plus nombreux à penser de la sorte (avec respectivement 25%, 29% et 27%).

QUE NOUS INDIQUENT CES REPONSES ?

L'effet de sidération est une notion inconnue par beaucoup. Il est encore fréquent d'entendre dire que si le/la partenaire ne dit pas « non » et si elle/il ne se débat pas, s'il n'y a pas de preuve de résistance, c'est qu'elle/il était d'accord. **Or, l'absence de refus par la parole et/ou les gestes ne veut pas dire que la personne consent !**

Par ailleurs, l'idée reçue et à déconstruire avançant qu'en matière de sexualité les femmes sont plus passives tandis que les hommes sont plus actifs donnent de la crédibilité à ce genre de discours¹⁹.

QUEL EST L'ENJEU ?

L'état de sidération survient lors d'une situation de traumatisme. La personne se retrouve plongée dans un état de stupeur qui rend toutes réactions difficiles, tant de verbalisation que de défense physique. Les jugements auxquels peuvent faire face les victimes de viol tels que « mais elle ne s'est pas débattue ! » ne sont pas fondés et ne font qu'accroître le sentiment de culpabilité qui pèse sur la victime. Il s'agit d'un mécanisme psychologique de défense qui bloque la victime afin de l'aider en quelque sorte à faire face à l'inacceptable. Ses émotions et ses pensées sont réduites. Cet effet de sidération est d'autant plus fort lorsque l'agression sexuelle est commise par une personne proche et connue, provoquant une telle surprise chez la victime qu'elle n'est pas/plus en mesure de réagir.

¹⁹ La Fédération des Centres de Planning familial des Femmes Prévoyantes Socialistes, « Même pas vrai, faut pas croire tout ce qu'on raconte - Dossier pédagogique », *op. cit.*, p.7.

EN ANIMATIONS ?

VOICI QUELQUES IDEES D'ACTIVITES ...

- Proposer au public de répondre au **quizz** proposé en page 11 de ce guide pour réfléchir au consentement de façon individuelle dans un premier temps et ensuite collective.
- Proposer des situations dans lesquelles le consentement est flou ou absent, à partir des **affiches** de la campagne de l'Espace Santé Etudiants Bordeaux intitulée « Pas de relations sexuelles sans consentement » : <http://urlz.fr/7wj9>. Lancer la discussion sur les différentes situations (par exemple : « J'étais partant-e, puis changer d'avis ? »).
- Réaliser des **cartes** à faire soi-même indiquant chacune une affirmation différente telle que : « Un « non » veut en réalité dire « oui » », « Si j'aime vraiment mon/ma partenaire, je dois avoir des relations sexuelles avec lui/elle », « Les femmes peuvent-elles demander le consentement de leur partenaire ? », etc. Pour chaque carte, demander au public de **voter** (indiquer s'ils sont d'accord ou pas d'accord avec les différentes propositions, à l'aide de cartes vertes (d'accord/vrai) et rouges (pas d'accord/faux)) afin d'amorcer le débat de façon dynamique.
- Dégager en groupe des **pistes** pour dialoguer : exprimer son non-consentement de façon bienveillante et non-violente, exprimer son consentement, demander le consentement, etc.



NOTRE CAMPAGNE : OUTILS ET PISTES DE REFLEXION

En janvier 2018, la Fédération des Centres de Planning Familial des Femmes Prévoyantes Socialistes a décidé de mettre en place **une campagne de sensibilisation** sur la thématique du consentement au sein des relations sexuelles. Thématique d'actualité, ce projet s'inscrit dans un objectif de **lutte contre les violences sexuelles. Il promet :**

- Les droits sexuels et reproductifs de chacun-e ;
- L'égalité entre les femmes et les hommes ;
- La santé et l'épanouissement sexuel dénué de toute contrainte sociale liée au genre ;
- L'accès égal pour tou-te-s à l'information et aux services disponibles en matière de vie relationnelle, affective et sexuelle.

De manière plus spécifique, cette campagne vise à :

- Sensibiliser les citoyen-ne-s au rôle qu'ils/elles ont à jouer dans **leur santé sexuelle et reproductive** et au fait que celle-ci **leur appartient** ;
- Promouvoir **l'importance du respect et de la communication positive** entre partenaires ainsi que sensibiliser aux conséquences éventuelles d'une relation sexuelle non consentie ;
- Lutter pour plus **d'égalité entre les femmes et les hommes** dans le domaine de la sexualité à travers **la déconstruction de stéréotypes** liés à la notion de consentement ;
- Conscientiser le public afin de l'amener à développer **une réflexion critique** sur les relations égalitaires et la notion de consentement.

Le public visé par cette campagne est un large public, francophone, comprenant l'ensemble des personnes susceptibles d'être concernées par la sexualité et en âge d'avoir des rapports sexuels. Dans ce sens, nos outils s'adressent tant aux hommes qu'aux femmes, et ce, quelle que soit leur orientation sexuelle, car la question du consentement se pose au sein de toute relation sexuelle, peu importe le/la partenaire, le type de relation et la durée de la relation.

En ce qui concerne nos outils, notre projet s'articule autour d'une campagne audiovisuelle, constituée de 3 capsules vidéos diffusées sur notre site internet, www.planningsfps.be, sur Facebook et sur la plateforme Vimeo. Chaque capsule met en scène une personne témoignant d'une situation abordant la notion de consentement au sein d'un récit concret et réaliste. Etant au cœur de notre projet, celles-ci vous seront détaillées et explicitées ci-dessous.

Ce dossier pédagogique les accompagne afin d'apporter une dimension didactique à notre campagne. Des cartes postales, centralisant les informations essentielles liées à cette campagne, constitue un support papier dont l'objectif est de prendre en considération les publics éloignés des moyens de communication actuels tels qu'internet et de constituer une première accroche sur la thématique (elles peuvent également être utilisées en animations).

Enfin, concernant notre méthodologie de travail, l'ensemble de nos productions s'inspirent des résultats d'un questionnaire en ligne, diffusé du 23 avril au 7 juin 2018 sur la page Facebook de la FCPF-FPS et son site internet (www.planningsfps.be). Chaque outil a également été construit avec la collaboration les travailleur-euse-s des Centres de Planning Familial des FPS, en nous enrichissant de leurs expériences de terrain en matière de vie relationnelle, affective et sexuelle. L'équipe de la Fédération s'est également entourée d'expert-e-s sur la thématique issu-e-s d'associations telles que Ça Vaut Pas l'Coup, les Femmes Prévoyantes Socialistes, Latitude Jeunes, l'Association Socialiste de la Personne Handicapée, Espace Seniors, le Service Promotion de la Santé de Solidarité et Sida'SOS²⁰.

²⁰ Voici le lien vers leur site respectif :

<http://www.femmesprevoyantes.be/>
<http://www.latitudejeunes.be/>
<http://www.asph.be/>
<http://www.espace-seniors.be/>
<http://www.pipsa.be/>
<https://www.sidasos.be/>

A LA DECOUVERTE DES SCENARIOS DE NOS CAPSULES VIDEOS

Au regard des nouveaux moyens de communication (caractérisés par les réseaux sociaux et le secteur de l'audiovisuel de manière large), notre campagne s'est centrée autour de la réalisation de 3 capsules vidéos. Chaque capsule, interprétée par un-e acteur/rice, met en scène un personnage qui raconte son histoire, sous la forme d'un témoignage face caméra. L'objectif de ces vidéos est de présenter au public trois situations concrètes et réalistes où la notion de consentement est questionnée. Chaque capsule véhicule un message à vocation pédagogique. Afin d'accompagner le visionnage de ces capsules, nous vous proposons d'en découvrir les scénarios par écrit ainsi qu'une proposition de déconstruction des contenus auprès de vos différents publics.

CAPSULE 1 : La communication explicite lors d'une première rencontre

LE RÉCIT

Deux jeunes hommes se rencontrent lors d'une après-midi au parc entre ami-e-s. Très vite, ceux-ci se rapprochent et se séduisent.

Après s'être dit au revoir, Diego envoie un snap à Joël et lui propose de passer chez lui pour partager une bouteille de rosé.



Trente minutes plus tard, ils se retrouvent chez Diego et commencent à s'embrasser puis à enlever leurs vêtements. Ce dernier l'emmène dans sa chambre.

Joël sent que Diego a très envie d'aller plus loin, mais ce n'est pas son cas... **Du coup, il décide de lui dire clairement qu'il n'est pas prêt et qu'il n'en a pas envie. Diego s'est alors arrêté, sans pour autant être fâché.** Au contraire, par après, les deux jeunes hommes se sont à nouveau embrassés et ont beaucoup discuté. Du coup, avant d'avoir un rapport sexuel, ils avaient échangé sur le sujet.

PISTES DE REFLEXION

Cette situation a pour objectif d'insister sur **le droit de tout un chacun-e de ne pas avoir envie d'avoir un rapport sexuel, quelles que soient les raisons et le contexte préalable, et l'importance de s'assurer du consentement de son/sa partenaire, quel que soit le moment.**

*Un jeu de séduction s'est instauré ? Ton/ta nouveau/nouvelle partenaire t'embrasse passionnément ? Tu penses qu'il/elle en a envie ? Vous avez commencé à vous déshabiller et vous êtes dans un lieu privé ? Elle/il t'a dit « oui » une heure auparavant ? Peu importe, **ton/ta partenaire est en droit de dire « non » à tout instant.** Ce n'est peut-être tout simplement pas ce qu'il/elle voulait, ou alors il/elle n'en a plus envie... **Tous ces signes (cités au préalable) ne sont donc pas suffisants** pour être certain-e que ton/ta partenaire ait envie d'avoir un rapport sexuel. Or, il est essentiel de s'assurer que vous êtes sur la même longueur d'ondes et ce, du début jusqu'à la fin du rapport sexuel. Aussi, **la communication implicite est rarement suffisante lors d'une première rencontre !** Tu ne connais pas encore très bien ton/ta partenaire, alors **autant lui demander clairement ce dont il/elle a envie (ou pas) mais aussi lui dire clairement ce dont tu as envie (ou pas).** Ce n'est certes pas facile mais cela permettra d'instaurer une confiance mutuelle entre vous et de passer un moment d'autant plus agréable sous les couvertures...*

CAPSULE 2 : La notion de « devoir conjugal »

LE RÉCIT

Naima et Karim se sont rencontrés lors d'un festival. Toute de suite, le courant est passé entre eux, ils ont passé une soirée sympathique.

Deux mois plus tard, ils emménageaient ensemble. Leur vie sexuelle était épanouie. Pendant 7 ans, ils ont été heureux.

Jusqu'au jour où **Karim a dépassé les limites.** Il avait très envie d'avoir un rapport sexuel ce soir-là, mais ce n'était pas le cas de Naima. **Elle lui a d'ailleurs dit qu'elle n'en avait pas envie.**



Pourtant, **Karim a insisté, pour lui. Naima était sa femme, donc c'était normal qu'elle le fasse.** Il a donc continué... malgré ce qu'elle a dit. **Naima a fini par céder, même si ce n'était pas ce qu'elle voulait.** Après l'acte, elle a senti que quelque chose s'était brisé dans leur couple.

Ce n'est que plus tard qu'elle a décidé d'en parler, **lorsqu'elle s'est rendue compte que personne n'avait le droit d'insister et qu'elle n'avait aucune obligation, envers personne.** Sa sexualité lui appartient.

PISTES DE REFLEXION

Cette situation a pour objectif de mettre en évidence le fait qu'il n'y a jamais d'obligation à consentir à un rapport sexuel, quel que soit le lien qui unit les deux personnes. **De même, personne n'est en droit d'insister et surtout, il est primordial d'écouter et de respecter son/sa partenaire.**

*Tu es en couple depuis quelques mois ? Marié-e depuis plusieurs années, tu es extrêmement attaché-e à ton/ta partenaire ? Tu as peur de le/la décevoir ou de le/la perdre ? Dans ce genre de cas, **l'affectif joue un rôle très important mais, en insistant, ton/ta partenaire te met sous pression.** Cela veut dire que d'autres facteurs entrent en jeu. Il est très difficile de faire la part des choses mais **ce qui est le plus important est le respect de tes limites.** Non seulement **ta sexualité n'est pas sujette à négociation** mais, en plus, **il n'y a aucune obligation**, qu'il s'agisse de ton époux/épouse ou de ta dernière conquête en date. Si tu n'en as pas envie, tu es toujours en droit de refuser, et surtout d'être ferme à ce sujet. **Céder, ce n'est pas consentir. Consentir, c'est être d'accord avec ton/ta partenaire mais aussi manifester ton envie, en étant en harmonie avec toi-même et tes ressentis.** Si ton/ta partenaire n'est pas en mesure de l'entendre, de le comprendre et de le respecter, alors il/elle outre passe tes limites.*

CAPSULE 3 : L'effet de sidération

LE RÉCIT

Quand c'est arrivé entre Julie et Mathieu, ce fut stupéfiant pour Julie... Ils étaient amis depuis longtemps et se connaissaient bien. Enfin, c'est ce qu'elle pensait jusqu'au moment où ça a dérapé.

Quand c'est arrivé, Julie a voulu crier, elle a voulu repousser Mathieu, mais elle n'y arrivait pas.



Et lui, il continuait. Pourtant, **elle était figée, pétrifiée**. Plus aucun son ne sortait de sa bouche, et son corps ne bougeait plus. Julie l'explique ; en fait, son cerveau et son corps se sont mis en veille... Elle compare ça à un animal face en danger. Plus rien ne répond. Elle ignore même combien de temps ça a duré...

Ce qu'elle a vécu s'appelle **l'effet de sidération** : **elle ne réagissait plus, elle ne ressentait plus rien, elle ne savait même plus penser.**

Aujourd'hui, elle veut en parler. Elle ne veut pas que ça arrive aux autres. **Pour elle, la sexualité, c'est un échange, dans le respect des limites et du timing de chacun-e.** Elle veut aussi que les gens comprennent que, **lorsque le partenaire ne bouge pas, ne participe pas et ne réagit pas, le signal est clair : il faut s'arrêter là,** c'est que l'autre ne veut pas ce qui est en train de se passer.

PISTES DE REFLEXION

Cette situation vise à sensibiliser le public par rapport au **phénomène de sidération, qui est un mécanisme de défense qui se manifeste chez de nombreux-ses victimes de viol.** L'objectif est d'insister sur le fait que, **lorsque ton/ta partenaire ne réagit pas (verbalement et physiquement), cela signifie qu'il ne peut pas y avoir consentement de sa part.**

*Tu as très envie d'aller plus loin avec ton/ta partenaire ou l'un-e de tes ami-e-s ? Tu as l'impression que cette envie est partagée ? Cette personne ne te semble pas avoir manifesté d'avis contraire ? Attention, **ton interprétation n'est peut-être pas toujours la bonne...** Parfois, les signaux ne sont pas ceux que tu crois. En effet, **ce n'est pas parce que la personne ne te repousse pas et qu'elle ne t'a pas clairement dit « non », qu'elle en a envie...** Il est souvent difficile de s'exprimer dans des situations touchant à la sexualité. **Parfois, la personne a peur de te perdre. Parfois, celle-ci n'est tout simplement pas en mesure de réagir, ni verbalement ni physiquement, parce qu'un mécanisme psychologique de défense s'est mis en place dans son cerveau : l'effet de sidération.** Et si c'est le cas, alors **il ne faut jamais aller plus loin.** La relation sexuelle est un moment intime, qui se vit à deux. L'objectif est **de partager cet instant et de pouvoir en profiter à deux.** Donc, **si ton/ta partenaire ne participe pas, c'est un signal qui doit t'alerter immédiatement et qui signifie que le partage n'est pas présent.***

EN ANIMATIONS ?

VOICI QUELQUES IDEES D'ACTIVITES ...

- Préparer une fiche invitant chaque participant-e à **répondre à une série de questions** (exemples : « Que pensez-vous de la situation ? », « Avez-vous déjà été confronté à cette situation ? », « Qu'auriez-vous fait ? »,...) et partager les réponses en groupe.
- Réaliser 3 sous-groupes, leur attribuer une vidéo et les inviter à répondre **de manière collective** aux questions proposées ci-dessus.
- Visionner les capsules vidéos en réalisant des arrêts à des moments clés et **inviter les participant-e-s à se positionner** (exemple : utiliser des cartons de couleurs (vert : la situation est ok, rouge : la situation dérape) ou les inviter à imaginer la suite du récit ou d'autres scénarios sur le consentement).

AU-DELA DE NOS CAPSULES VIDEOS

Nos cartes postales

Afin d'accompagner les capsules vidéos, **trois supports papiers**, sous forme de cartes postales, ont été créés. Chaque carte illustre l'une des capsules. Au verso de celles-ci, vous trouverez **le message central** véhiculé au sein de chaque scénario. Ces supports peuvent être **distribués sur le terrain** afin de sensibiliser tout un chacun-e en les invitant à visionner les supports visuels dont les liens se situent également au verso. En animations, celles-ci peuvent servir d'introduction et permettent à chacun-e de **disposer d'un support permanent**.

Notre modèle de conférence

A destination de toute personne intéressée (citoyen-ne, professionnel-le du secteur psycho-médicosocial, etc.), notre association a développé, en partenariat avec Sophie Didier²¹, **un modèle de conférence innovant** sur la thématique du consentement. **Basé sur une approche théâtrale**, l'objectif de ce projet est **d'interpeller directement le public** via la mise en scène de situations réalistes et concrètes questionnant le consentement au sein des relations sexuelles. **Un moment d'échanges et de partage** s'établit alors entre les différent-e-s intervenant-e-s et les personnes présentes dans la salle. Par après, la Fédération se propose de **diffuser les capsules vidéos** réalisées lors de cette campagne **et d'expliquer leurs contenus** ainsi que notre méthodologie de travail (incluant les résultats de notre sondage en ligne dans l'optique d'une déconstruction des stéréotypes).

Si ce type d'évènement vous intéresse, si vous souhaitez collaborer avec nous, n'hésitez pas à nous contacter :

Adresse mail : cpf@solidaris.be

Numéro de téléphone : 02 515 17 68

²¹ Conteuse, auteure et comédienne engagée.



CONCLUSION

Ce dossier pédagogique vous a été présenté dans le cadre de **la campagne de sensibilisation 2018** de la Fédération des Centres de Planning familial des Femmes Prévoyantes Socialistes. Cet outil s'inscrit dans un **projet global** qui, comme explicité ci-dessous, se décline sous la forme de divers supports : **capsules vidéos, cartes postales, conférences,...** Afin de garantir la cohérence de notre approche, nous vous encourageons évidemment à les consulter dans leur ensemble.

D'actualité, la thématique du consentement sexuel est vaste et complexe. Loin d'être exhaustif, ce dossier vise néanmoins à **clarifier la notion sur base d'informations fiables** issues de la littérature scientifique, des expériences de terrain des travailleur-euse-s de Centres de Planning familial mais aussi de l'expertise des associations rencontrées (voir ci-dessus) et de notre sondage réalisé auprès d'un large public. En vous offrant non seulement **des pistes de compréhension mais aussi d'animations**, nous espérons avoir répondu à certains de vos questionnements, vous permettant, pas à pas, de vous approprier cette notion de consentement.

Enfin, cet outil a également été élaboré au regard de nos valeurs, parmi lesquelles nous retrouvons **l'accès égalitaire à l'information en matière de vie relationnelle, affective et sexuelle** mais aussi **la promotion de relations égalitaires**. Nous croyons en l'éducation à la sexualité dès le plus jeune âge et il nous semble primordial dès aujourd'hui d'y intégrer la notion de consentement afin **de sensibiliser et de conscientiser** les individus, et par la même, l'ensemble de notre société, sur **l'importance du respect à accorder à autrui mais aussi à soi-même en matière de sexualité, en outillant le public à l'expression et à l'identification des signes de (non-) consentement**. Nous pensons que poursuivre cet objectif s'inscrit dans un projet de long terme visant à **l'égalité entre les femmes et les hommes**.

Nous espérons dès lors vous avoir fourni un outil pertinent qui vous permettra d'être le relais de nos si belles ambitions...

LEXIQUE

Communication positive

La communication positive vise à adopter **une attitude bienveillante** basée sur l'écoute, l'ouverture d'esprit, le dialogue et la coopération. Elle permet d'aborder des situations de pression, de conflits, de divergences et d'opposition sous un angle positif et constructif.

Consentement

Le consentement est l'action par laquelle quelqu'un donne son accord (à un projet, à un acte, à l'accomplissement de quelque chose, etc.) tout en le signifiant à autrui. Néanmoins, **dans un contexte sexuel**, cette notion va bien au-delà de l'accord entre parties. Il s'agit de valoriser **la découverte de sa sexualité, de ses envies, de ses limites et du respect à leur accorder** (par rapport à soi-même mais aussi à autrui). L'objectif est alors **d'être en adéquation** avec ce que l'on ressent, ce que l'on pense et de développer les compétences nécessaires pour **l'exprimer et le signifier positivement** à son/sa partenaire mais également pour **le détecter** chez son/sa partenaire.

Un consentement dit **libre et éclairé** est « *souscrit en l'absence de contrainte physique (violence, coercition...) ou psychologique (manipulation, séduction, supercherie...) et renvoyé à un acte réfléchi et intentionnel* »²². Il s'agit du consentement idéal. Mais, dans les faits, « *celui-ci est souvent « vicié », c'est-à-dire le produit d'un rapport de force explicite ou implicite* »²³.

Désir sexuel

Le désir sexuel est un « *élan physique conscient qui pousse quelqu'un à l'acte ou au plaisir sexuel* »²⁴. Le désir sexuel d'une personne, quel que soit son sexe et son orientation sexuelle, dépend de son humeur, de ses sentiments, de son partenaire, des éventuels soucis rencontrés ainsi que des périodes de la vie.²⁵

²² COSTE, Florent, COSTEY, Paul, TANGY, Lucie, « Consentir : domination, consentement et déni », *Tracés. Revue de Sciences humaines*, 14 | 2008, mis en ligne le 26 janvier 2009, consulté le 19 février 2018. URL :

<http://journals.openedition.org/traces/365>

²³ *Ibid.*

²⁴ Larousse, « Désir », consulté le 02 août 2018, URL :

<https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/d%C3%A9sir/24525>

²⁵ La Fédération des Centres de Planning familial des Femmes Prévoyantes Socialistes, « Même pas vrai, faut pas croire tout ce qu'on raconte - Dossier pédagogique », *op. cit.*, p.7.

Limites

Les limites qu'une personne se fixe sont **des barrières qui déterminent ce avec quoi elle se sent à l'aise et en sécurité ou non**. Ces limites sont variables d'une personne à une autre et d'un moment à l'autre. Par exemple, une personne va, dans un cas, fixer ses propres limites au baiser, dans un autre, à la simple amitié, ou alors, dans une situation différente, balisera les rapports sexuels à certaines positions²⁶.

Rapport/relation sexuel-le

La relation sexuelle **ne se limite pas exclusivement à la pénétration**, qu'elle soit vaginale ou anale. Une fellation, un cunnilingus (c'est-à-dire la pénétration buccale ou ce qu'on appelle plus couramment le sexe oral) ou une masturbation réciproque constituent également un rapport sexuel. Tout comme les baisers et les caresses, ces actes sexuels permettent d'explorer le corps de son/sa partenaire et peuvent procurer du plaisir sexuel partagé. Ils peuvent mener à l'orgasme, mais précisons que ce dernier n'est pas la règle ni la condition à un rapport sexuel réussi.²⁷

Timing

Le timing renvoie à **la notion de temps**. Chaque personne possède son propre timing. Il s'agit du moment ressenti comme opportun pour réaliser une tâche, passer à l'acte. **Dans un contexte sexuel**, le bon timing/le timing propice se traduit par **une synchronisation** entre nos envies, nos limites, notre état émotionnel, la qualité de la relation, etc., permettant à la personne **de se sentir prête**.

²⁶ Project Consent, *op. cit.*

²⁷ La Fédération des Centres de Planning familial des Femmes Prévoyantes Socialistes, « Même pas vrai, faut pas croire tout ce qu'on raconte - Dossier pédagogique », *op. cit.*, p.43.

BIBLIOGRAPHIE

Articles scientifiques

BEAUFILS, Charlotte, « La perception du viol dans notre société », humansforwomen.org, mis en ligne le 2 mars 2016, consulté le 23 juillet 2018, URL : <http://www.humansforwomen.org/le-blog/la-perception-du-viol-dans-notre-socite>

COSTE, Florent, COSTEY, Paul, TANGY, Lucie, « Consentir : domination, consentement et déni », *Tracés. Revue de Sciences humaines*, 14|2008, mis en ligne le 26 janvier 2009, consulté le 19 février 2018. URL : <http://journals.openedition.org/traces/365>

FELICULIS, Stéphanie, « Quel consentement sexuel chez les jeunes femmes d'aujourd'hui ? », *Gestalt*, n°51, 2017, consulté le 20 juillet 2018, URL : <https://www.cairn.info/revue-gestalt-2017-2-p-75.html>

JAUNAIT, Alexandre, MATONTI, Frédérique, « L'enjeu du consentement », *Raisons politiques*, n°46, 2012, consulté le 23 juillet 2018, URL : <https://www.cairn.info/revue-raisons-politiques-2012-2-page-5.html>

VIOLA, Francisco Juan José, « Considérations éthiques sur le consentement comme noyau de la sexualité », vol. 24, *Sexologies*, 2015, mis en ligne le 22 juillet 2015, consulté le 19 février 2018, URL : <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1158136015000572>

WEINBERG, Achille, « La libération sexuelle et ses lendemains », *Sciences Humaines*, n°130, 2002, consulté le 20 juillet 2018, URL : https://www.scienceshumaines.com/la-liberation-sexuelle-et-ses-lendemains_fr_2582.html

Rapport de recherche

L'observatoire du Sida et des sexualités, *Cycle de séminaires : Regards croisés sur la sexualité, Recueil de textes et analyse*, 2005, consulté le 25 juillet 2018, URL : <http://observatoire-sidasexualites.be/wp-content/uploads/publications-et-documents/2005-CycleVAS.pdf>

Brochures

La Fédération des Centres de Planning familial des Femmes Prévoyantes Socialistes, « Les violences sexuelles, c'est quoi ? », 2017, consulté le 20 juillet 2018, URL : http://www.planningsfps.be/SiteCollectionDocuments/FINAL%20-%20Brochure_FCPF-FPS_Violencessexuelles_A5.pdf

La Fédération des Centres de Planning familial des Femmes Prévoyantes Socialistes, « Même pas vrai, faut pas croire tout ce qu'on raconte - Dossier pédagogique », 2016, consulté le 25 juillet 2018, URL : <http://memepasvrai.be/wp-content/themes/gbl-toolbox/pdf/Dossier-pedagogique.pdf>

Modus Vivendi, « Ecstasy », brochure collective sous la direction de Modus Vivendi, consulté le 25 juillet 2018, URL : http://www.modusvivendi-be.org/IMG/pdf/bro_XTC.pdf

Sites internet

BEAUFILS, Charlotte, « La perception du viol dans notre société », humansforwomen.org, mis en ligne le 2 mars 2016, consulté le 23 juillet 2018, URL : <http://www.humansforwomen.org/le-blog/la-perception-du-viol-dans-notre-socite>

Centre National de Ressources Textuelles et Lexicales, « Insistance », consulté le 02 août 2018 : <http://www.cnrtl.fr/definition/insistance>

La Fédération des Centres de Planning familial des Femmes Prévoyantes Socialistes, « Quelles conséquences sur la santé ? », planningsfps.be, consulté le 20 juillet 2018, URL : <http://www.planningsfps.be/activites/Violences-sexuelles/Le-viol/Pages/quelles-consequences-sur-la-sante.aspx>

Larousse, « Désir », consulté le 02 août 2018, URL : <https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/d%C3%A9sir/24525>

Project consent, « Password: Consent », projectconsent.com, consulté le 23 juillet 2018, URL : <http://www.projectconsent.com/>

RTBF La première, « En Belgique, la majorité sexuelle est fixée à 16 ans mais la notion est floue », rtbf.be, mis en ligne le 07 mars 2018, consulté le 07 septembre 2018, URL : https://www.rtbf.be/info/societe/detail_en-belgique-la-majorite-sexuelle-est-fixee-a-16-ans-mais-la-notion-est-floue?id=9859562

Sites internet des associations partenaires

Les Femmes Prévoyantes Socialistes : <http://www.femmesprevoyantes.be/>

Latitude Jeunes : <http://www.latitudejeunes.be/>

L'Association Socialiste de la Personne Handicapée : <http://www.asph.be/>

Espace Seniors : <http://www.espace-seniors.be/>

Le Service Promotion de la Santé de Solidaris : <http://www.pipsa.be/>

Sida'SOS : <https://www.sidasos.be/>

POUR EN SAVOIR PLUS

Livres

FRAISSE, Geneviève, *Du consentement*, Seuil, 2007, 144p.

KRAKAUER, Jon, *Sans consentement, Enquête sur le viol*, Les Presses de la Cité, 2016, 416p.

PATEMAN, Carole, *Le contrat sexuel*, Polity Press, 1988, 336p.

ZEILINGER, Irène, *Non, c'est non*, Zones, 2008, 252p.

Articles scientifiques

AMSELLEM-MAINGUY, Yaëlle, CHEYNEL, Constance, FOUET, Anthony, « Entrer dans la sexualité à l'adolescence : le consentement en question », n°438, *La santé en action*, 2016, p.38-40.

DELGA, J., « Les relations sexuelles consenties entre mineurs : libre sexualité, questionnements, interdictions », n°22, *Sexologies*, 2013, p.124-132.

JAUNAIT, Alexandre, MATONTI, Frédérique, « L'enjeu du consentement », n°46, *Raisons politiques*, 2012/2, consulté le 15 juin 2018, URL : <https://www.cairn.info/revue-raisons-politiques-2012-2-page-5.htm>

MACKINNON, Catharine Alice, DE GASQUET, Béatrice, « Sexuality », *Raisons politiques*, n°46, 2012/2, p.101-130.

MATHIEU, Nicole-Claude, « Quand céder n'est pas consentir » in *L'Arraînement des femmes. Essais en anthropologie des sexes*, 1985, p.169-245.

PERDONCIN, Anton, « Consentement des femmes et politique. Note sur *Du consentement* de Geneviève Fraisse », *Tracés. Revue de Sciences humaines*, 14 | 2008, mis en ligne le 16 avril 2008, consulté le 15 juin 2018, URL : <http://journals.openedition.org/traces/400>

SIMARD, D., « La question du consentement sexuel : entre liberté individuelle et dignité humaine », vol. 24, *Sexologies*, 2015, consulté le 15 juin 2018, URL : <https://www-sciencedirect-com.ezproxy.ulb.ac.be/science/article/pii/S1158136015000560>

Affiches

Les Salopettes (association féministe) - campagne 2017-2018, URL : <https://lessalopettes.wordpress.com/2017/09/07/rentree-2017-2018-on-reparle-du-consentement/>

Table de concertation en matière de violence sexuelle dans l'Ouest-de-l'Île - campagne #MONCHOIX, URL : <https://violencesexuelle-tvsoi.ca/fr/monchoix>

Espace Santé Etudiants Bordeaux - campagne « Pas de relations sexuelles sans consentement », URL : https://www.facebook.com/pg/espacesanteetudiantsbordeaux/photos/?tab=album&album_id=1099161970123190

Consentement.info – supports de prévention. URL : <https://consentement.info/supports-de-prevention/>

Vidéos

UQAM, La métaphore de la tasse de thé (Français), URL : <https://youtu.be/jyDDYtMgPqY>

Consentement.info. Plusieurs vidéos sur le consentement (C'est quoi le consentement ?, Comment dire stop ?, Comment savoir si c'est non ?, etc.). URL : <https://consentement.info/>

Project Consent, Campagne «Consent is Simple », URL : <https://www.projectconsent.com/videos>

F*ck Yes, By Pie, You Mean ..., URL : <https://www.youtube.com/watch?v=IVN4dKCRoz8>

Outil d'animation

Jeu de l'Oie sur le consentement – de SIDA'SOS, URL : <https://www.sidasos.be/>

QUI SOMMES-NOUS ?

La Fédération des Centres de Planning Familial des Femmes Prévoyantes Socialistes (FCPF-FPS) est une association reconnue en éducation permanente. Dans ce cadre, elle mène des campagnes d'information et de sensibilisation à destination du grand public et interpelle les mondes associatif, éducatif et politique. Ces campagnes s'articulent principalement autour de deux thématiques : la vie affective, relationnelle et sexuelle et toutes les formes de violences. Pour mieux connaître la FCPF-FPS, nous vous invitons à visiter son site internet, www.planningsfps.be, et sa page Facebook, www.facebook.com/fcpf.fps. La FCPF-FPS a aussi développé deux sites internet spécifiques aux violences qui fournissent des informations, des conseils et des adresses pour trouver de l'aide en cas de situation de violences.

- Site sur les violences conjugales : www.stopviolenceconjugale.be.
- Site sur les violences sexuelles : www.infoviolencessexuelles.be.

Parallèlement à la mise en place de campagnes de sensibilisation et d'actions diverses, la FCPF-FPS coordonne et représente ses Centres de Planning familial (CPF) : 17 Centres et autres points de contact répartis en Wallonie et à Bruxelles. 9 de ces Centres pratiquent l'interruption volontaire de grossesse. Les CPF sont des lieux d'accueil chaleureux, où chacun-e peut trouver un soutien, une aide pour toutes les questions liées à la vie, relationnelle, affective et sexuelle. Les CPF proposent un accueil sans rendez-vous et gratuit afin de clarifier la demande de la personne. Celle-ci est ensuite orientée vers les consultations proposées dans les CPF ou vers des services externes adéquats. Les CPF organisent des consultations psychologiques, sociales, juridiques, médicales/ gynécologiques et des animations à la vie relationnelle, affective et sexuelle en milieu scolaire et extra-scolaire.

Chacun-e ses **limites**.

Chacun-e son **timing**.

La sexualité ça passe **d'abord** par le **respect**.