

L'intervention féministe à L'Entre-Deux

Fernande Ménard

Volume 15, Number 2, November 1990

Le réel et la mort dans la situation thérapeutique

URI: <https://id.erudit.org/iderudit/031575ar>

DOI: <https://doi.org/10.7202/031575ar>

[See table of contents](#)

Publisher(s)

Revue Santé mentale au Québec

ISSN

0383-6320 (print)

1708-3923 (digital)

[Explore this journal](#)

Cite this article

Ménard, F. (1990). L'intervention féministe à L'Entre-Deux. *Santé mentale au Québec*, 15(2), 240–245. <https://doi.org/10.7202/031575ar>

L'intervention féministe à L'Entre-Deux

En tant qu'intervenantes à la maison d'hébergement L'Entre-Deux, nous côtoyons chaque année une centaine de femmes en dépression. Nous constatons que la plupart d'entre elles sont victimes du sexisme de notre société. Elles ont vécu l'inceste, la violence familiale et conjugale, un ou des viols, le harcèlement. On leur a refusé l'instruction, on les a poussées à des maternités non désirées, on leur a refusé le droit au travail ou on leur a donné les plus mauvais emplois. On exige d'elles qu'elles deviennent des super femmes et, quand elles n'en peuvent plus, on les abandonne. Leur entourage les encourage alors à «se donner des coups de pied dans le derrière», puisque, dit-on, c'est la seule façon de se sortir d'une période difficile.

Ces femmes ont également été éduquées selon certaines valeurs ou attitudes qui compromettent leur autonomie: elles ont pratiqué plus ou moins longtemps le «sois belle et tais-toi» dans l'attente du Prince charmant. Puis, au service de leur conjoint et de leurs enfants, elles ont enterré leurs besoins. Pis encore, elles ont vécu à la merci de l'image que leur reflétait leur conjoint. Leur vie s'effondre lorsque cette image devient négative. Leur estime d'elles-mêmes tombe alors à zéro. Elles n'ont plus d'autre choix que de se «refaire». C'est pour cela qu'elles viennent chez nous et c'est pour les aider que nous pratiquons l'approche féministe.

Un peu d'histoire

Fondée en 1982 par un groupe d'intervenant-es de Longueuil, L'Entre-Deux est une ressource alternative en santé mentale pour les femmes déprimées. D'abord conçue comme une maison de transition entre l'hôpital et le retour au milieu de vie naturel, ou encore comme un endroit de dépannage, la ressource s'est peu à peu transformée en maison de thérapie féministe. L'adhésion au féminisme est devenue une des conditions d'embauche des intervenantes; la ressource, au niveau de ses structures mêmes, a pris le tournant femmes; les résidentes, par le biais d'anciennes d'entre elles, sont intégrées au processus décisionnel. Tous ces changements vont de pair avec la conviction grandissante que les causes de dépression chez les femmes dépassent le cas par cas pour rejoindre le socio-politique. La seule façon pour les femmes de trouver leur autonomie est de se débarrasser de leur conditionnement aux stéréotypes sexistes et des valeurs qu'ils véhiculent.

Notre clientèle

Mais qui sont donc ces femmes? Depuis avril 1986, elles ont été environ 400 à profiter d'un séjour à la ressource. Elles ont en moyenne 38 ans; 52% d'entre elles sont suicidaires et, à leur arrivée, elles s'avèrent gravement déprimées. Presque toutes sont pauvres, recevant des prestations de Bien-Être social ou de chômage, ou même n'ont aucun revenu. Rares sont celles qui gagnent un bon salaire et qui bénéficient d'une assurance convenable.

Pour la moitié de ces femmes, il s'agit de leur première dépression assez sérieuse pour nécessiter un retrait de leur milieu. L'autre moitié a vécu au moins une hospitalisation en psychiatrie. Elles demeurent à L'Entre-Deux pour une période maximale de trois mois.

À L'Entre-Deux, l'accent est mis sur la thérapie de groupe. La plupart des thérapies que nous offrons proviennent d'exercices puisés dans différentes théories. Ces exercices peuvent être proposés à tout groupe d'individus, hommes et femmes, en démarche de croissance. Seule diffère l'analyse du contenu des propos des participantes.

Nos valeurs

Actuellement, le principal objectif de nos interventions est l'autonomie psychologique, affective et économique des femmes. C'est cette valeur qui nous a amenés à choisir l'intervention féministe et d'en inscrire les éléments suivants dans nos règlements généraux:

Orientation:

L'Entre-Deux se définit comme une ressource thérapeutique ayant une lecture féministe de la problématique des femmes et qui pratique l'intervention féministe.

Objectifs spécifiques:

- faire prendre conscience aux femmes de leur conditionnement social, des stéréotypes sexuels et des rôles limitatifs auxquels la société les confine;
- libérer les femmes des rôles qui les empêchent de réaliser leur potentiel personnel;
- permettre aux femmes par différents apprentissages de: croire en elles-mêmes; exprimer leurs besoins et leurs désirs; utiliser leur pouvoir décisionnel; se reconnaître le droit au plaisir.

L'action collective

Lorsqu'elles arrivent à L'Entre-Deux, la plupart des résidentes sont bien sûr beaucoup trop déprimées pour s'intéresser à la signification politique de leur situation. Par ailleurs, l'accent mis sur la vie de groupe, le partage, l'entraide et l'échange permet de diminuer dès le départ leur sentiment d'isolement. Ainsi sont posées les assises qui leur permettront éventuellement d'élargir leur perception et, si possible, de passer à l'action collective.

Sans prétendre que la majorité des résidentes en arrive à un tel engagement, il est intéressant de constater chez plusieurs les résultats de cette démarche: ouverture au féminisme engagé, retour aux études dans des champs d'action à caractère social, actions collectives, militantisme rattaché à L'Entre-Deux. Ainsi, un nombre croissant d'anciennes résidentes sont membres de la corporation et siègent au conseil d'administration.

L'action individuelle

Nous sommes toutefois convaincues que l'engagement collectif des résidentes que nous recevons doit absolument passer par une démarche personnelle. Elles doivent d'abord récupérer l'énergie qui leur manque dans leur vie personnelle. Les apprentissages qu'elles sont invitées à faire par le biais d'ateliers de connaissance et d'estime de soi leur permettent, à la longue, de reprendre conscience de leurs qualités, de leur apport à la société, du rôle positif qu'elles jouent à l'intérieur du groupe. Cette prise de conscience ne se fait pas d'un seul coup. La démarche est longue et la résistance, forte. Pour la plupart, les appréciations venant d'autres femmes sont moins crédibles que les compliments adressés par les hommes.

Quant aux ateliers qui s'attaquent aux stéréotypes sexistes, ils rencontrent une résistance encore plus grande, puisqu'il s'agit de rompre avec l'image sociale qu'elles ont assimilée; encore une fois, sans cette image, elles perdent toute identité. Le travail de reconstruction se fait petit à petit, en même temps que la démarche de découverte d'autres aspects de leur personnalité.

En effet, c'est grâce à une nouvelle reconnaissance de ce qu'elles valent que nous pouvons aider les femmes à croire en elles-mêmes, à prendre des décisions qui tiennent compte à la fois de leurs capacités réelles et de leurs aspirations. Ceci constitue un travail long et ardu, fait d'une multitude d'interventions ponctuelles qui dépassent le travail thérapeutique de groupe. Il faut aux intervenantes beaucoup de foi, de patience, de détermination pour contribuer à rebâtir l'image de ces femmes et leur permettre d'intégrer leurs côtés positifs. Il ne faut surtout

pas remplacer un miroir par un autre. Le défi consiste à favoriser l'intériorisation de l'image positive des femmes plutôt qu'uniquement la refléter.

Pour ce qui est du droit au plaisir, il constitue, croyons-nous, la base de la renaissance à soi-même. À ce chapitre, les résidentes de L'Entre-Deux reviennent souvent de loin. Parler de leur droit au plaisir ne suffit pas; il faut favoriser l'émergence des aspects enfantins de leur personnalité et d'une redécouverte de leur sensualité, au seul profit d'elles-mêmes. L'expression physique et ouverte de l'affectivité (les bercements, massages, câlins, etc.) est également encouragée. Une fois le processus amorcé, les femmes retrouvent rapidement le goût au plaisir.

Forces et faiblesses

Une des grandes forces de L'Entre-Deux réside dans son intervention continue. En effet, le fait de vivre jour et nuit avec d'autres femmes permet une intervention à tout moment, qu'il s'agisse de l'affirmation de soi, de la permission au plaisir, de la prise de décision, d'éléments d'estime de soi ou de prises de conscience des stéréotypes sexistes. Dans un tel cadre, l'intervention est intimement collée à la réalité et son efficacité en est donc décuplée.

Ce même cadre de vie permet aussi l'expression grandissante de l'affectivité et de la solidarité entre femmes. Les amitiés qui s'y nouent contribuent fortement à la montée de l'estime de soi, car à L'Entre-Deux les femmes apprennent à s'aimer sans masque. Elles s'estiment non seulement *malgré* mais *avec* leurs faiblesses, leurs difficultés. Elles n'ont plus besoin de prétendre être autre chose que ce qu'elles sont, elles sont aimées telles quelles.

Par ailleurs, il faut admettre que le style de vie préconisé par L'Entre-Deux rend quelquefois difficile l'apprentissage à l'autonomie. Les femmes ont en effet tendance à développer une dépendance autant envers les autres résidentes qu'envers les intervenantes. Bien sûr, ces dernières sont parfois confrontantes, mais elles le sont dans un climat respectueux et affectueux. Les résidentes ont tendance à considérer la ressource comme un nid ou un cocon dont il est difficile de sortir. Souvent, il s'agit de leur première expérience de vie positive. Il n'en demeure pas moins que les intervenantes doivent exercer une vigilance constante face à cette dépendance, d'autant plus que nous développons aussi des liens affectifs envers elles.

Les intervenantes

Pratiquer l'intervention féministe exige également des attitudes et des comportements différents de la thérapie traditionnelle. Certains nous semblent plus importants que d'autres.

Ainsi, l'implication personnelle de la thérapeute est un outil d'intervention intéressant. Il ne s'agit pas de tomber dans le témoignage, qui prend souvent l'allure d'un livre de recettes empêchant les femmes de trouver leurs propres réponses. Cependant, nous croyons que les résidentes doivent sentir et savoir que les intervenantes ont aussi à lutter contre les mêmes conditionnements.

Il nous semble également essentiel que les résidentes soient activement impliquées dans l'élaboration des objectifs de leur séjour. Il s'agit là de leur vie, de leurs valeurs, de leur milieu. C'est donc à elles de faire les choix qui leur conviennent. Ceci est peut-être l'élément le plus difficile à intégrer dans nos interventions, car il faut accepter que les solutions préconisées par nos résidentes sont parfois à l'opposé de notre système de valeurs.

Finalement, nous sommes fermement convaincues que tout véritable changement passe par l'action plutôt que par l'introspection. Sans éliminer le regard sur le passé, nous encourageons surtout l'expression de certains souvenirs. C'est une démarche nécessaire, voire essentielle. Par ailleurs, seul le passage à l'acte permet de vraiment intégrer les changements désirés, à l'intérieur de soi comme dans les relations interpersonnelles. Ici aussi les femmes résistent car, une fois apprivoisée, l'histoire personnelle peut servir de paravent au changement. Ce qu'on connaît fait moins peur que l'inconnu.

Nous sommes conscientes que ce type d'intervention n'est pas exclusif à l'approche féministe, au contraire. Cependant, nous considérons qu'il ne peut y avoir d'approche féministe sans ces attitudes.

Conclusion

Dans la micro société qu'est L'Entre-Deux, les résidentes sont obligées de vivre sur une petite échelle bon nombre de situations auxquelles elles doivent faire face dans la «vraie» vie.

Dans ce contexte, elles ne peuvent virtuellement pas passer à côté de certaines prises de conscience féministes qui leur sont proposées. À leur départ, bon nombre d'entre elles, surtout celles qui ont amorcé des virages importants dans leur vie, sont réconciliées avec le féminisme et certaines d'entre elles s'y identifient. Quelques-unes d'entre elles passent à l'action collective.

Nous ne pouvons affirmer que notre objectif principal soit l'implication socio-politique des femmes dans la lutte féministe. Peut-être

sommes-nous en cela à dénoncer? Peu importe. Il n'en demeure pas moins que le cadre général de l'intervention féministe sert fort bien nos objectifs d'autonomie des femmes. Nous sommes convaincues qu'elle est la seule approche qui permette aux femmes de se prendre vraiment en charge, même si ce n'est qu'à titre individuel. En trois mois, c'est déjà beaucoup!

Certaines femmes restent complètement fermées à l'expérience thérapeutique de la ressource. Après tout, elles ont le droit de choisir la dépression comme mécanisme de défense. Peut-être ont-elles trop à perdre dans leur système de valeurs. Nous ne voulons pas tomber dans le prosélytisme des religions patriarcales traditionnelles. Le «crois ou meurs» ne doit jamais faire partie d'une intervention féministe, même si cela entraîne des résultats mitigés dans nos interventions. La dignité et l'autonomie des femmes sont aussi à ce prix.

Références

- CORBEIL, C., LAZURE, C., LEGAULT, G., PAQUET-DEEHY, A., 1983, *L'intervention féministe*, Éditions coopératives Albert Saint-Martin, Montréal.
- FRIAR WILLIAMS, E., 1976, *Notes of a Feminist Therapist*, Dell Publishing Co., New York.
- Hébergement L'Entre-Deux, 1989, *Règlements généraux de la corporation*.

Fernande Ménard
directrice-générale