

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL

L'EXPÉRIENCE DE JEUNES ADULTES AVEC DES RELATIONS
MÉDIATRICES DE RÉSILIENCE EN CONTEXTE DE VIOLENCE
PSYCHOLOGIQUE INTRAFAMILIALE : UN REGARD RÉTROSPECTIF SUR
LEUR JEUNESSE.

MÉMOIRE

PRÉSENTÉ

COMME EXIGENCE PARTIELLE

DE LA MAÎTRISE EN TRAVAIL SOCIAL

PAR

CATHERINE ROUSSEL-LECONTE

AOÛT 2018

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL
Service des bibliothèques

Avertissement

La diffusion de ce mémoire se fait dans le respect des droits de son auteur, qui a signé le formulaire *Autorisation de reproduire et de diffuser un travail de recherche de cycles supérieurs* (SDU-522 – Rév.10-2015). Cette autorisation stipule que «conformément à l'article 11 du Règlement no 8 des études de cycles supérieurs, [l'auteur] concède à l'Université du Québec à Montréal 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 Montréal 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.»

REMERCIEMENTS

Cette recherche a pu être réalisée grâce à l'aide de différentes personnes. Tout d'abord, il n'y aurait pas eu de recherche sans la participation de sept jeunes adultes exceptionnels qui ont accepté de partager une partie de leur histoire pour que nous puissions mieux comprendre ce que sont des relations médiatrices de résilience en contexte de violence psychologique intrafamiliale. À travers votre ouverture et votre générosité, vous m'avez permis de rencontrer votre résilience, sans réserve et avec candeur. C'est ce que vous m'avez permis d'apprendre sur la résilience qui m'a motivée à écrire ce mémoire, à lui rendre justice et à partager votre sagesse. J'aimerais aussi remercier chaleureusement Myriam et Annie, les directrices de mon mémoire, pour leur rétroaction précise et fiable à travers la rédaction et pour avoir contribué à ce que je développe ma confiance en ma capacité d'avoir un regard critique sur mon travail pour le compléter.

J'aimerais également remercier ma famille et mes amis. Je remercie donc ma famille de cœur : Noëlla et Normand, Robin et Éric, pour leur présence continue et leur amour. Vous êtes une inspiration quotidienne et c'est en vous regardant faire la différence autour de vous, construire vos vies avec créativité, entrepreneuriat et ouverture que j'ai le désir de toujours me dépasser. Je dois un remerciement particulier à Clément, pour m'avoir aidé à finir ce mémoire dans la sérénité. Je veux également remercier mes amis, entre autres, Éric, Geneviève, Josée, Jorge et Micheline pour leur soutien constant dans ma vie. J'en profite ici pour remercier les différents étudiants que j'ai rencontrés et qui m'ont aidée en partageant sur leur propre démarche de recherche.

Toutes ces opportunités d'échanger sur la recherche valent leur pesant d'or pour apprendre sur cette démarche et j'aimerais remercier les conférenciers qui partagent leur expérience, qu'ils soient rattachés au CRI-VIFF, à l'ACFAS ou à l'association

RESILIO. J'aimerais particulièrement remercier les organisateurs du 3e Congrès mondial sur la résilience, qui a eu lieu à Trois-Rivières en 2016. J'ai eu le bonheur d'être à ce congrès et ce fut une révélation pour moi de découvrir une communauté de chercheurs qui s'entraident, qui sont ouverts aux idées nouvelles et diversifiées et qui accueillent l'échange de savoirs dans la convivialité. Ces rencontres m'ont vraiment permis de ressentir un sentiment d'appartenance à une communauté de recherche et d'avancer avec plus de sérénité dans la rédaction de mon mémoire.

Finalement, j'aimerais remercier la congrégation des Sœurs Grises de Montréal. J'ai eu le bonheur de travailler de côtoyer cette congrégation durant ma jeunesse et j'y ai fait des rencontres enrichissantes en plus de découvrir comment une communauté peut agir sur son monde. Vous resterez toujours une inspiration pour moi par la façon que vous avez de vivre le quotidien selon vos valeurs, votre altruisme et votre charité. Je remercierais particulièrement Sr Jeannine, Sr Francine et Sr Claire : c'est en vous rencontrant que je me suis intéressée au travail social.

DÉDICACE

J'aimerais dédier ce mémoire à toutes les personnes qui ont vécu ou qui vivent de la violence dans leur vie et qui continuent d'avancer pour changer leur vie, qui construisent leur résilience. Vous êtes remarquables et j'espère que ce mémoire peut faire honneur à la résilience dans ce contexte, à travers ses hauts et ses bas

AVANT-PROPOS

Ma passion première a toujours été l'anthropologie : c'est cette discipline qui m'a permis de découvrir le monde à travers des cultures. En étudiant dans ce domaine, j'avais la bonne fortune d'entendre mes professeurs parler de leurs recherches et des dilemmes éthiques qu'ils avaient rencontrés. La compréhension absolue de notre monde moderne excède la compréhension des gens qui y vivent. Par contre, des efforts pour le comprendre se traduisent par des discours et par leur intériorisation par différents acteurs pour trouver un sens au monde, par des rapports de pouvoir, par des injustices, de l'oppression et surtout, il me semblait, de la violence. Qu'il s'agisse de violence structurelle, institutionnelle, économique, culturelle ou interpersonnelle, c'est une réalité qui s'immisce dans la vie des individus. Alors que cette réalité leur fait vivre un sentiment d'impuissance, elle expose le chercheur à se sentir impuissant devant de telles situations. Que faire alors pour aider des personnes qui subissent de la violence ? S'agit-il de faire avancer les connaissances sur les racines du problème, sur les rationalisations de cette dernière et sur les discours qu'on en tient, de répertorier avec précisions des pratiques violentes et leur contexte pour tenter d'en faire ressortir un sens ? Ou s'agit-il d'élever sa voix comme chercheur et d'être engagé, de nommer des injustices et de tenter d'y remédier ? Dans le domaine de l'anthropologie, il existe des divergences quant au rôle du chercheur, quant à la place de la voix du chercheur par rapport à la voix du groupe humain étudié, entre le rôle d'un observateur neutre et celui d'un anthropologue engagé. Le monde a besoin de savoir ce qu'est la violence rencontrée par les individus et de pouvoir tenter d'en cerner ses origines. Toutefois, il y a également un besoin d'y trouver des solutions, de créer des discours alternatifs pour agir sur cette réalité. Le travail social était la discipline réputée intervenir sur la réalité, ce pourquoi j'ai finalement opté pour celle-

ci pour étudier la violence intrafamiliale le temps d'une première recherche.

TABLE DES MATIÈRES

REMERCIEMENTS.....	iii
DÉDICACE.....	v
AVANT-PROPOS	vi
LISTE DES TABLEAUX.....	xii
LISTE DES ABRÉVIATIONS, SIGLES ET ACRONYMES.....	xiii
RÉSUMÉ.....	xiv
INTRODUCTION.....	1
CHAPITRE 1	
PROBLÉMATIQUE.....	4
1.1-La violence psychologique intrafamiliale au Québec.....	4
1.1.1-L'histoire de la construction sociale du problème de la violence intrafamiliale à travers le temps.....	4
1.1.2-Les définitions et l'ampleur du phénomène de la violence familiale.....	7
1.2-Les facteurs de risque et les facteurs de protection associés à la violence intrafamiliale.....	12
1.2.1-Les facteurs individuels	14
1.2.2-Les facteurs familiaux et scolaires.....	15
1.2.3-Les facteurs associés aux ressources présentes dans le quartier.....	17
1.2.4-Les facteurs sociaux.....	18
1.2.5-Les facteurs culturels.....	20
1.2.6-La place des relations pour permettre l'émergence de la résilience.....	21
1.3-Les relations médiatrices de résilience en contexte de violence psychologique intrafamiliale.....	23
1.4-La question de recherche et les objectifs de recherche.....	26

CHAPITRE 2

CADRE CONCEPTUEL.....	28
2.1-La perspective écosystémique.....	29
2.2-La violence psychologique intrafamiliale.....	31
2.3-La résilience.....	33
2.4-L'opérationnalisation de la résilience : les relations médiatrices de résilience.....	37
2.5-Pertinence de la recherche pour le travail social.....	42

CHAPITRE 3

MÉTHODOLOGIE.....	44
3.1-La méthode de recherche.....	44
3.2-La constitution de l'échantillon.....	45
3.3-Le recrutement des participants.....	48
3.4-Les caractéristiques des participants.....	48
3.5-Méthode et instruments de collecte de données.....	50
3.6-L'analyse des données.....	52
3.7-Les considérations éthiques.....	52

CHAPITRE 4

PRÉSENTATION DES RÉSULTATS.....	54
4.1-Les personnes significatives dans la vie du jeune.....	54
4.1.1-Adam : trouver son identité dans un contexte de changements constants.....	55
4.1.2-Samantha : se dépasser en dépit d'un contexte contraignant.....	56
4.1.3-Helena : grandir ensemble au sein d'amitiés tissées serrées.....	57
4.1.4-Stella : créer son chemin hors des prévisions.....	58
4.1.5-Éloïse : entre responsabilités et auto-détermination.....	59
4.1.6-Alice : l'espoir en vue pour se construire malgré les difficultés.....	60
4.1.7-Sophia : se défaire du négatif et se construire à travers les succès.....	61
4.2-Les contributions des personnes significatives quant au développement d'une identité jugée satisfaisante.....	65
4.2.1-Les liens familiaux.....	65
4.2.2-Les personnes issues du milieu scolaire.....	70
4.2.3-Les liens affectifs auprès des pairs.....	73
4.2.3.1-Les relations amoureuses.....	76
4.2.4-La recherche de soutien et d'aide pour améliorer sa situation.....	78
4.2.5-Le développement d'intérêts auprès de personnes significatives.....	80

4.3-La violence psychologique, l'apaisement et les relations aidantes pour s'en sortir.....	81
4.3.1-La violence psychologique intrafamiliale et les effets de celle-ci.....	81
4.3.1.1-Lorsque la DPJ intervient.....	88
4.3.2-L'expérience des personnes au sujet du partage du vécu de violence psychologique intrafamiliale.....	91
4.3.3-Les stratégies adaptatives pour réguler les émotions en lien avec le vécu de violence psychologique intrafamiliale.....	94
4.3.4-Les contributions des personnes significatives quant au vécu de violence psychologique intrafamiliale.....	98
4.3.5-Les ressources individuelles et environnementales facilitatrices de résilience en contexte de violence psychologique intrafamiliale.....	101
4.3.6-La fin du vécu de violence psychologique intrafamiliale.....	106
4.4-Le regard actuel des jeunes adultes quant à leur vécu et quant à leur résilience.....	110
4.4.1-Les relations actuelles dans la famille.....	110
4.4.2-Les difficultés associées au passé et les stratégies pour s'en défaire.....	113
4.4.3-Les relations affectives dans leur vie actuelle.....	118
4.4.4-Se réaliser avec les autres, s'appuyer de carrières et de réussites.....	119
4.4.5-Devenir résilient, un processus revisité.....	122
CHAPITRE 5	
DISCUSSION DES RÉSULTATS.....	127
5.1-Les difficultés du milieu familial, les opportunités relationnelles et les contributions des personnes significatives à la résilience du jeune.....	127
5.1.1-Le contexte familial et ses implications au plan relationnel et social.....	128
5.1.2- Le développement de la résilience du jeune auprès de personnes significatives.....	130
5.2- La violence psychologique intrafamiliale et ses effets.....	135
5.3- Les stratégies adaptatives de régulation des émotions et les ressources individuelles et sociales.....	140
5.4- Trouver un sens au vécu de violence psychologique intrafamiliale à travers le	

processus de résilience.....	143
5.5- Les forces et les faiblesses de cette recherche.....	145
CONCLUSION.....	148
ANNEXE A-Formulaire de consentement.....	152
ANNEXE B-Guide d'entretien.....	155
ANNEXE C-Questionnaire socio-démographique.....	158
ANNEXE D-Tableau 4.1.....	160
BIBLIOGRAPHIE.....	161

LISTE DES TABLEAUX

3.1	Durée du vécu de violence intrafamiliales (en années).....	49
4.2	Les difficultés dans le contexte familial des jeunes	63
4.3	Les intérêts durant la jeunesse et leur manifestation en tant qu'activité seule ou avec des personnes significatives.....	80
4.1	Nombre de personnes significatives présentes dans la vie des jeunes adultes par période de la jeunesse.....	160

LISTE DES ABRÉVIATIONS, SIGLES ET ACRONYMES

ACJQ	Association des centres jeunesse du Québec
CEGEP	Collège d'enseignement général et professionnel
CWIG	Child Welfare Information Gateway
DPJ	Direction de la protection de la jeunesse
ISQ	Institut de la statistique du Québec
LPJ	Loi de la protection de la jeunesse
MSSS	Ministère de la Santé et des Services sociaux
OMS	Organisation mondiale de la santé
UQAM	Université du Québec à Montréal

RÉSUMÉ

De nombreux jeunes grandissent en étant exposés à des pratiques parentales psychologiquement violentes et, si on associe de nombreux risques et effets à cette réalité dans les études scientifiques, on en connaît encore peu au sujet de l'émergence de la résilience relationnelle dans ce contexte. Cette recherche visait à rencontrer de jeunes adultes qui ont grandi en contexte de violence psychologique intrafamiliale pour explorer comment les relations dans leur jeunesse ont pu contribuer à l'émergence de leur résilience. Sur le plan théorique, nous nous arrimons à la perspective écosystémique et nous explorons les dynamiques relationnelles qui peuvent être médiatrices de résilience en nous appuyant sur la théorie entourant la résilience relationnelle.

Nous avons obtenu le point de vue des jeunes adultes sur ce sujet par l'entremise d'une recherche qualitative de nature exploratoire et descriptive. Sept participants, âgés de 18 à 33 ans, ont été rencontrés pour un entretien semi-dirigé avec des questions ouvertes ainsi qu'un questionnaire sociodémographique. Par échantillonnage aléatoire non probabiliste, nous avons obtenu des participants issus du milieu universitaire, tous travaillant en relation d'aide. Les résultats ont été obtenus au terme d'une analyse thématique, horizontale et transversale des sept verbatims d'entretiens; une analyse qui permettait d'extraire les thèmes centraux et les thèmes émergents.

Les résultats révèlent que les difficultés vécues par la famille peuvent réduire l'accès à des personnes significatives et teinter l'expérience avec celles-ci, malgré cela ces personnes significatives contribuent au développement psychosocial et identitaire du jeune adulte durant sa jeunesse. La violence psychologique est source de souffrance durant la jeunesse. Briser le silence sur ce vécu est un processus que les jeunes entament durant leur jeunesse et qui est rendu possible grâce au soutien offert par diverses personnes significatives. La violence psychologique intrafamiliale peut perdurer à l'âge adulte et influencer les relations avec la famille nucléaire et avec la famille élargie. Les relations aidantes contribuent au développement de plusieurs capacités durant la jeunesse en contexte de violence psychologique intrafamiliale, qui deviennent une partie intégrante de l'identité du jeune.

Cette recherche apporte un éclairage nouveaux sur le vécu de violence psychologique intrafamiliale, particulièrement sur sa durée et sur la part que différents membres du système familial ont à jouer par rapport à ce vécu : que leur apport soit positif ou non. En identifiant des capacités qui aident à surmonter ce vécu, cette recherche permet

également de comprendre comment des relations peuvent être médiatrices de résilience dans ce contexte.

Mots-clés : Résilience, jeunesse, violence psychologique intrafamiliale, relations, capacités.

ABSTRACT

Too many young people grow up in an environment marked by psychologically violent parental practices. If scientific researches attribute several risks and consequences to this reality, we still know far too little about the emergence of resilience in this context. This research aims to meet with young adults that grew up in a family environment marked by psychological violence in order to explore the way these past relationships have influenced the emergence of their resilience. On the theoretical plan, we start from the ecological perspective to analyze the correlation between relational dynamics and resilience through the relational resilience theory. We've gathered these young people's opinions via a qualitative, exploratory and descriptive research. Seven participants aged from 18 to 33 years-old have been asked semi-directive questions coming from an interview guide, accompanied by a sociodemographic questionnaire. We treated our results with a thematic, horizontal cross analysis in order to extract central and emerging themes.

They show that hardships experienced at a young age in a family context can deprive a child from contact with resource persons that can contribute to their psychosocial and identity development. Psychological violence is associated with symptoms during the childhood: being finally able to talk about these experiences and to overcome them is a process initiated during the youth and supported by many significant and helping people, in this context. Family psychological violence can last until the adulthood and influence relationships between nuclear and extended family's members. Helping relationships contribute to the development of several capacities during the youth in a context of family psychological violence, which in turn becomes a central part of the individual's identity.

In conclusion, this research sheds light on the experiences lived by people that grew up in a family environment scarred by psychological violence, especially on the duration of this violence and on the role that family members can play: be it detrimental or helpful. By identifying capacities that help to overcome these challenges, this research also helps to understand how relationships can lead to a better resilience.

Keywords: Resilience, youth, psychological family violence, relationships, capacities.

INTRODUCTION

Il faut s'accrocher à ça, la mini partie de l'espoir qui veut encore vivre, la mini partie de l'espoir que ça va bien aller. Moi, c'est ça que je dirais à quelqu'un qu'être résilient : oui, actuellement c'est difficile, mais tu vas finir par grandir, tu vas finir par passer à travers tout ça et un moment donné, tu vas voir le sens de tout ça. Parce que je vois un sens dans tout ça, dans tout ce que j'ai vécu, tout ce que j'ai vécu m'a forgée. (Alice, participante)

D'emblée, nous savons qu'au Québec, de nombreux jeunes grandissent en contexte de violence psychologique intrafamiliale et que cette dernière a des effets importants (Clément et al, 2013 ; Wolfe et McIsaac, 2010). J'ai retenu cette citation d'une participante au début de l'introduction qui parle de la souffrance et de la résilience, étant donné que pour le jeune qui subit la violence, tout comme pour certains professionnels et chercheurs qui abordent cette problématique, il semble parfois impossible d'envisager celui-ci un futur exempt de violence ou de ses effets. Pourtant il y a des jeunes l'ayant vécu qui parlent plutôt d'un parcours de résilience. Comment l'atteignent-ils? Pour cette recherche, nous émettons l'hypothèse que les relations que nous tissons dans une vie peuvent jouer un rôle-clé sur la résilience. Nous avons donc voulu identifier les personnes significatives présentes durant la jeunesse¹

¹ Pour cette recherche, nous nous intéressons à la période de vie qui se situe entre 0 et 18 ans. Cette tranche de vie se décline elle-même en différentes périodes: la petite enfance, l'enfance et l'adolescence. Afin d'éviter toute confusion, nous utiliserons le terme 'jeune' pour couvrir la période entre 0 et 18 ans lorsque cette recherche ou une recherche alors citée ne cible pas une de ces trois périodes spécifiquement.

des participants puisqu'elles peuvent avoir été des relations médiatrices de résilience en contexte de violence psychologique intrafamiliale. C'est donc une recherche qui s'intéresse à la résilience. Même si des réserves subsistent par rapport au concept de résilience de la part de certaines personnes dans le milieu universitaire, ce concept a pris de l'ampleur dans la littérature scientifique et est au cœur de plus d'un millier de thèses de doctorats (Ionescu et Jourdan Ionescu, 2010). Actuellement, la résilience est un concept qui est considéré par l'Organisation mondiale de la santé (Friedli, 2009; cité dans Ionescu, 2015) et dans le DSM-5, où certains chercheurs proposent qu'il soit inclus en tant que sixième axe (Garcia et Petrovich, 2011, cité dans Ionescu, 2015). L'étude des relations qui favorisent la résilience constitue également un sujet d'actualité, le troisième congrès mondial sur la résilience en 2016 portait sur la culture et la résilience et le quatrième {portera} en 2018 portait sur les « pratiques basées sur la résilience ».

Ce mémoire nous a permis d'amorcer l'exploration d'une réalité sous-explorée dans les études scientifiques entourant la violence psychologique intrafamiliale, soit l'émergence de la résilience relationnelle dans ce contexte. Comme nous le verrons dans la problématique au chapitre 1, il existe une construction sociale du problème de la violence intrafamiliale qui s'est développé dans le temps et, si ce problème comporte des définitions diverses, il a toujours une ampleur élevée (Clément et al, 2013). Nous nous intéresserons ensuite aux facteurs de risques et aux facteurs de protections dans les différents milieux de vie du jeune ainsi qu'aux relations qui favorisent la résilience, avant de conclure ce chapitre par la question et les objectifs de la recherche. Le chapitre 2 présente le cadre conceptuel de cette recherche, que nous situons dans la perspective écosystémique. Après une brève présentation de cette perspective théorique, nous définirons les concepts de violence psychologique intrafamiliale, de résilience (particulièrement la résilience relationnelle) et de relations médiatrices de résilience. Nous conclurons en explorant la pertinence de

cette recherche pour le travail social. Au chapitre 3, nous nous pencherons plus en profondeur sur la méthodologie de cette recherche, qui est de nature qualitative, exploratoire et descriptive, et ce, en nous attardant sur la constitution de l'échantillon, le recrutement des participants et leurs caractéristiques, la méthode et les instruments de la collecte de données, l'analyse des résultats et les considérations éthiques. Le chapitre 4 est celui dans lequel nous présentons les données recueillies en fonction des quatre objectifs explorés dans cette recherche: 1) les personnes significatives présentes durant la jeunesse, 2) les contributions de celles-ci au développement du jeune (avec un intérêt particulier pour le développement identitaire), 3) les moyens d'apaisement et 4) les relations aidantes dans ce contexte ainsi que le sens donné à leur vécu et à leur résilience. Enfin, le chapitre 5 est consacré à l'analyse des résultats et le mémoire s'achèvera par une conclusion reprenant les constats de cette recherche.

CHAPITRE I

PROBLÉMATIQUE

La problématique fait état de la recension des écrits sur le problème de la violence psychologique intrafamiliale et de la résilience durant la jeunesse. Il sera d'abord question de la violence psychologique intrafamiliale, que nous traiterons à partir de l'histoire de la construction sociale du problème, de ce qui la distinguent des mauvais traitements ainsi que de l'ampleur du phénomène. Nous nous intéresserons ensuite aux facteurs de risque et aux facteurs de protection en contexte de violence intrafamiliale et leur lien avec l'émergence de la résilience. Enfin, nous traiterons des relations médiatrices de résilience dans le contexte de la violence psychologique intrafamiliale. On terminera le chapitre avec une présentation de la question et des objectifs de la recherche.

1.1 La violence psychologique intrafamiliale au Québec

1.1.1 L'histoire de la construction sociale du problème

Un problème social se construit par le regard que des individus prêtent à une réalité problématique pour ceux qui la vivent. Les individus se mobilisent alors afin d'élever ce problème au rang de cause sociale pour tenter de le solutionner ou de l'enrayer (Dumont, 1994). Puisque la violence psychologique est un problème social reconnu

depuis quelques décennies (Trocmé *et al*, 2011), cette réalité a fait l'objet d'interventions publiques visant à la contrer à travers l'histoire du Québec. Ces interventions publiques se sont transformées, à mesure que le cadre normatif entourant l'institution de la famille changeait au Québec, en passant d'un cadre religieux à un cadre étatique. La construction du problème social de la violence intrafamiliale au Québec a donc été influencée, tout d'abord, par une perspective judéo-chrétienne (en lien avec le cadre normatif de l'Église), suivie d'une perspective de droit, puis d'une perspective causale (en lien avec le cadre normatif de l'État).

La période précédant les années 1960 au Québec a été marquée par une perspective judéo-chrétienne de la violence intrafamiliale. L'autorité de l'Église s'étendait aux rôles de genre et aux rôles sociaux, à la fécondité, aux rites religieux, aux naissances, à la filiation et aux enfants abandonnés ou négligés (Lemieux, 1995 ; Joyal, 2000). Dans la famille, c'est le père qui détenait l'autorité parentale, soit la « puissance paternelle » (Lemieux, 1995). À cette époque, le bon développement de l'enfant était associé à l'obéissance à ses parents et, à cette fin, l'Église sanctionnait l'emploi de la punition corporelle « raisonnable » (Cliche, 2000), tant qu'elle restait en accord avec le principe de la charité chrétienne. Ce regard sur les conduites familiales était moralisateur. Une part des mauvais traitements envers les enfants étaient considérés comme relevant des habitudes de vie, jugées de peu de vertu, de certains parents (Trocmé *et al*, 2011).

Plusieurs changements sociaux ont eu lieu avant qu'un changement de cadre normatif ne survienne dans les années 1960. En effet, l'industrialisation, la Seconde Guerre mondiale et les avancées technologiques (par exemple, la contraception) (Dumont *et al*, 1987) ayant eu cours permettaient dorénavant à la femme d'intégrer le marché de l'emploi et de posséder un certain pouvoir sur ses conditions de vie. Un détachement s'est opéré envers l'Église en tant que cadre normatif de la famille. Dans ce nouveau

contexte social, les rôles familiaux furent alors conçus avec plus d'égalité. On a alors repensé l'autorité parentale pour qu'elle se partage entre les deux parents (Lemieux, 1995). Dans cette perspective, alors que l'enfant est de moins en moins contraint à orienter sa profession selon les besoins de la famille (par exemple : la ferme, la prêtrise), les moyens d'assurer le développement du jeune excèdent alors son obéissance, celui-ci devenant un individu à part entière qui devra trouver sa place dans la société.

Ultimement, c'est la Révolution tranquille qui établit l'État comme l'autorité sur les familles et sur les services sociaux, qui avaient été jusqu'alors sous l'égide du diocèse (Lemieux, 1995). Dans ce rôle, l'État adopte d'abord une perspective de droit, dans un climat mondial et local orienté vers les droits de la personne. C'est ainsi qu'émergent alors successivement : 1) la Charte des droits et libertés de la personne (1975), 2) la Loi de la protection de la jeunesse (LPJ) (1979) et 3) une première ébauche de la Convention internationale relative aux droits des enfants (1979) (Lemieux, 1995). L'État se concentrait alors sur le droit du jeune à son développement en tant qu'individu (Convention relative aux droits de l'enfant, 1979). On considère dorénavant que le parent fait violence au jeune s'il ne lui fournit pas les soins dont il a besoin pour parvenir à son plein développement (Trocmé *et al*, 2011).

Si la conception sociale du développement du jeune est récurrente pour expliquer les normes sociales en matière de violence, il semble pertinent de rappeler que le processus du développement a été expliqué de diverses façons en psychologie. Il a été cru inné au XIXe siècle (approche biologique). Il a ensuite relevé de la résolution de conflits psychiques (Freud) ou des stades (Erikson) en psychodynamique, puis des expériences (perspective d'apprentissage) ou des processus cognitifs (perspective cognitivo-comportementale) (Kail, 2001). En 1979, Urie Bronfenbrenner développe une conceptualisation du développement en l'arrimant aux contextes sociaux (Kail,

2001) dans une perspective écologique (Pouliot *et al.*, 2009). Cette nouvelle perspective change alors la donne dans l'étude de la violence intrafamiliale. Une telle conceptualisation a permis à l'État québécois d'aborder ce phénomène en s'intéressant aux facteurs de risques et aux facteurs de protection dans les milieux de vie du jeune. Cette conceptualisation s'approche d'une perspective causale lorsque les différents facteurs sont traités comme des prédicteurs du développement. Il s'en suit malheureusement une vision déterministe du récit d'expérience des jeunes qui grandissent dans un tel contexte. L'exposition du jeune à des difficultés d'adaptation est maintenant considérée comme un problème sociosanitaire : la violence psychologique intrafamiliale est dorénavant condamnée tant sur le plan provincial que sur le plan mondial par l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) (OMS, 2014). On intervient par la gestion des risques associés au recours à des comportements parentaux violents. Au Québec, non seulement a-t-on créé des programmes éducatifs pour les parents démunis (Parazelli, 2006), mais on a également cherché à fournir un certain degré d'encadrement et de soutien social pour renforcer les compétences parentales (définies selon une dimension affective et une dimension disciplinaire) (Clément *et al.*, 2013).

1.1.2 Les définitions et l'ampleur du phénomène de la violence intrafamiliale

Cette recherche cible le contexte de violence psychologique intrafamiliale en tant que situation où les jeunes adultes ont pu développer des relations qui ont été médiatrices de résilience. Par contre, avant de pouvoir définir cette violence, force est de reconnaître que différents termes ont des significations qui se chevauchent ou qui établissent des distinctions dans ce domaine. Nous explorerons donc ici différents termes appliqués à cette réalité, particulièrement les mauvais traitements et la violence intrafamiliale, avant d'entrer dans les détails de l'ampleur actuelle de la

violence psychologique intrafamiliale au Québec.

En raison de la présence d'une portée juridique pour les mauvais traitements, ceux-ci doivent être distingués de la violence intrafamiliale. La littérature scientifique désigne cette première réalité par différents termes, sans présence d'unanimité : il peut s'agir d'« abus » (Maltais *et al*, 2010), de « mauvais traitements » (LPJ, 2015 ; ACJQ, 2014) ou même de « *family violence* » (Anderson, 2010 ; Sternberg *et al*, 2006) pour certains auteurs anglophones. Dans cette recherche, nous avons choisi de qualifier cette réalité de « mauvais traitements », en lien avec la terminologie élaborée dans la *Loi de la protection de la jeunesse* (LPJ, 2015), choisissant ainsi de rester près de la dimension légale de cette réalité. La LPJ définit les mauvais traitements selon deux critères : le risque de compromission de la sécurité et du développement du jeune (ACJQ, 2008 ; Maltais *et al*, 2010). Les situations de compromission de la sécurité sont caractérisées : 1) par des conduites inacceptables envers le jeune 2) par des conduites du jeune qui le mettent en danger ou 3) des conduites parentales qui génèrent une situation de danger (Maltais *et al*, 2010, p.360). Il peut suffire d'un seul événement pour évaluer qu'il y a compromission de la sécurité. Par contre, le développement étant perçu comme évolutif, l'établissement de la compromission de celui-ci doit s'appuyer sur plusieurs faits (Maltais *et al*, 2010). La compromission du développement est déterminée par des mesures cliniques : étant donné que le développement sain se produit en différents stades selon l'âge du jeune, un retard ou une difficulté peut donc potentiellement révéler une situation de compromission. Les mauvais traitements sont objet de signalements en vertu de la LPJ, puisque certaines situations seraient jugées suffisamment sévères pour qu'il faille recourir à une intervention de l'État afin de protéger le jeune.

La violence intrafamiliale peut être déterminée par la présence de conduites parentales spécifiques, ce qui permet d'en cerner l'ampleur. L'Institut de la statistique

du Québec (ISQ) a pu définir la violence intrafamiliale par des conduites parentales précises (Clément *et al*, 2013). Grâce aux travaux de différents auteurs sur le sujet (Chamberland et Fortin, 1995 ; Thompson Gershoff, 2002 ; Clément *et al*, 2013), il a été possible d'opérationnaliser la définition de cette dernière et de l'employer dans des enquêtes populationnelles. L'ISQ a ainsi pu conduire une enquête populationnelle sur les pratiques parentales violentes en 1999, 2004 et 2012. Par contre, réduire la violence intrafamiliale à des conduites parentales violentes n'est pas sans limites. Une telle démarche implique de miser sur les comportements parentaux en dépit du fait que la violence puisse aussi se situer dans une dynamique relationnelle, c'est-à-dire dans la relation parent-enfant. Elle implique également de cibler un nombre spécifique d'incidents annuel permettant de conclure que le recours à ces pratiques parentales violentes relève de la violence intrafamiliale. Au Québec, il faut trois incidents violents par an pour qu'il s'agisse de violence intrafamiliale (Clément *et al*, 2013). Celle-ci se rencontre sous trois formes : la violence physique mineure, la violence physique sévère et la violence psychologique. Bien que cette recherche s'intéresse particulièrement à la violence psychologique intrafamiliale, nous explorons ici ces trois formes de violence en raison de leur risque de concomitance.

Les deux premières formes de violence intrafamiliale relèvent de la violence physique. La violence physique mineure correspond à ce qu'on qualifie de « punition corporelle » ayant pour but de rectifier un comportement du jeune par l'infliction d'une certaine douleur chez celui-ci (Clément *et al*, 2013, p.34). Le recours parental à la force « raisonnable » pour discipliner un jeune, ou à la punition corporelle, reste permis par les normes sociales et par l'article 43 du Code criminel du Canada (Maltais *et al*, 2010 ; Clément *et al*, 2013), selon lequel les comportements parentaux tenant de la violence physique mineure sont : « [...] donner une tape sur les fesses de l'enfant à mains nues, lui donner une tape sur la main, le bras ou la jambe, le pincer pour le punir et le secouer ou le brasser s'il est âgé de plus de deux ans. » (Clément *et*

al, 2013, p.34). Pour baliser le droit à la punition corporelle dans le Code criminel du Canada, la Cour suprême du Canada a délimité la frontière où la violence physique ne tient plus de la punition corporelle et devient de la violence physique sévère (Clément *et al*, 2013). La violence physique sévère peut être définie comme une forme de violence qui outrepassé les normes sociales et les prescriptions du Code criminel du Canada, soumettant alors le jeune à un risque élevé de blessure (Clément *et al*, 2013). Elle correspond à : 1) la punition corporelle employée sur un enfant âgé de moins de deux ans ou sur un adolescent ; 2) « [...] les conduites dégradantes, inhumaines ou préjudiciables [...] » (Maltais *et al*, 2010, p.34) ; 3) l'emploi d'un objet ; 4) « [...] les gifles ou les coups à la tête [...] » (Maltais *et al*, 2010, p.34) ; 5) les comportements menant au syndrome du bébé secoué (Clément *et al*, 2013) ; 6) les coups de poing (Clément *et al*, 2013) ; 7) frapper de toutes ses forces (Clément *et al*, 2013) ; 8) étrangler le jeune et 9) le lancer par terre (Clément *et al*, 2013).

La troisième et dernière forme de violence intrafamiliale est la violence psychologique. Au même titre que la violence physique mineure, elle est permise par les normes sociales et l'article 43 du Code criminel du Canada (Clément *et al*, 2013). La violence psychologique relève des communications parentales qui visent à « [...] porter atteinte au bien-être de l'enfant [...] » (Clément *et al*, 2013, p.34). Pour parler de violence psychologique intrafamiliale, on doit pouvoir dénombrer au moins trois « agressions psychologiques » par an (Clément *et al*, 2013). L'agression psychologique se caractérise, entre autres, par les comportements parentaux violents suivants : crier après le jeune, menacer de le mettre à la porte ou de le placer, l'insulter ou sacrer après le jeune (Clément *et al*, 2013, p.34). La recherche de l'Institut de la statistique du Québec (ISQ), qui a cerné ces trois formes de violence intrafamiliale, s'est aussi intéressée aux conduites parentales négligentes (représentant un risque de ne pas rencontrer les besoins fondamentaux du jeune) et à l'exposition des jeunes à la violence conjugale (Clément *et al*, 2013). Elles peuvent être connexes ou apparentées

à la violence psychologique.

Enfin, pour conclure l'exploration du problème social de la violence psychologique intrafamiliale, nous nous attarderons sur son ampleur, qui est stable depuis plus d'une décennie (Clément *et al*, 2013). Cette réalité s'avère particulièrement préoccupante puisqu'il y a un taux important de concomitance des formes de violence intrafamiliale (Clément *et al*, 2013). Cette réalité peut donc accroître les fragilités qui affecte le jeune dans son développement (Flores *et al*, 2016). Nous savons que lorsque la concomitance a lieu, la violence psychologique intrafamiliale fait systématiquement partie du vécu du jeune (Gagné *et al*, 2010). Ce sont donc 28,8 % des jeunes au Québec qui vivent simultanément de la violence psychologique et de la violence physique mineure ainsi que 4,2 % des jeunes qui subissent de surcroît de la violence physique sévère (Clément *et al*, 2013, p.67). D'après les données des trois recherches de l'ISQ sur les pratiques parentales violentes, nous pouvons constater que l'ampleur de la violence psychologique intrafamiliale vécue par les jeunes se maintenait autour de 50 % entre 1999 et 2012. En 1999, 48 % des jeunes vivaient de la violence psychologique intrafamiliale (Clément *et al*, 2005), alors qu'ils étaient 52 % en 2004 (Clément *et al*, 2013). Les données de 2012 révèlent que 49 % des jeunes doivent composer avec de la violence psychologique intrafamiliale (Clément *et al*, 2013, p.65). Ce sont donc de nombreux jeunes au Québec qui ont vécu de la violence psychologique intrafamiliale durant leur jeunesse, une réalité qui a pu affecter leur développement, ce pourquoi nous nous intéressons à explorer l'émergence de leur résilience grâce à des relations qui la facilite.

En résumé, le problème social de la violence psychologique intrafamiliale est complexe et implique différents acteurs. Comme nous l'avons mentionné plus haut, l'État est l'instigateur des normes sociales régissant la violence intrafamiliale et ces

normes s'appuient sur une conceptualisation particulière du développement du jeune. Il y a eu l'adoption de lois qui protègent ce développement. La LPJ, entre autres, contribue à établir la distinction entre les mauvais traitements et la violence intrafamiliale. Nous observons que l'ampleur du problème de la violence psychologique intrafamiliale reste stable au fil des années ; par contre, il reste à déterminer les implications d'une telle réalité pour le jeune dans son environnement social.

1.2 Les facteurs de risque et les facteurs de protection associés à la violence intrafamiliale

Dans l'étude de la violence intrafamiliale et de la résilience, la perspective écosystémique est employée, soit comme un moyen permettant de contextualiser les facteurs de risque et de protection des milieux de vie du jeune, soit comme une perspective à part entière (Garbarino, 2001 ; Chamberland et Fortin, 1995). Puisque les recherches sur le problème de la violence s'en inspirent, nous allons nous en servir pour dresser un portrait des facteurs de risque et des facteurs de protection connus en lien avec les différents milieux de vies du jeune. Ces facteurs peuvent être divisés de la manière suivante : 1) des facteurs individuels, 2) des facteurs familiaux et scolaires, 3) des facteurs en lien avec les ressources dans le quartier, 4) des facteurs sociaux et 5) des facteurs culturels. En fait, ces cinq catégories relèvent des six couches de la perspective écosystémique puisque la recherche des facteurs de risque et des facteurs de protection a été un objectif prédominant dans les trois vagues d'études en résilience des dernières décennies. Ces trois vagues visaient à identifier les différents facteurs de risque et de protection ainsi qu'à identifier les processus par lesquels ils favorisent la résilience (Zolkoski et Bullock, 2012). Les facteurs de risque sont définis comme étant des facteurs qui accroissent le risque que le jeune éprouve des

difficultés d'adaptation, alors que les facteurs de protection sont des facteurs individuels et environnementaux qui atténuent les effets des facteurs de risque (Garmezy, 1985, dans Larose *et al*, 2004, p.64). Ainsi, les facteurs de protection peuvent être liés à la notion de résilience (Larose *et al*, 2004).

La résilience survient dans l'adversité (qualificatif des conditions difficiles employé dans diverses recherches en résilience²). La situation d'adversité que nous avons ciblée pour cette recherche; soit la violence psychologique intrafamiliale, se trouve englobée dans le concept plus large d'adversité familiale. C'est une des limites actuelles de la littérature sur la résilience où, comme le décrivent Cowger *et al*, (2006, cité dans Anderson, 2010) le terme d'adversité est employé : « [...] pour décrire des environnements familiaux difficiles ou traumatiques; pourtant, le contexte de ces conditions est omis ou minimisé. » (p.32, traduction libre). Au regard de cette réalité, il n'a pas toujours été possible d'arrimer le contenu de cette section à l'adversité particulière que représente la violence psychologique intrafamiliale plutôt qu'à l'adversité dans la famille en général. Si nous ne connaissons peut-être pas tous les facteurs de risque et les facteurs de protection concernant la violence psychologique intrafamiliale, au terme de cette contextualisation, nous pourrions synthétiser ce que la littérature scientifique présente comme faits saillants pour expliquer la résilience. Nous pourrions également comprendre en quoi cela nous amène à vouloir approfondir la recherche sur la dimension relationnelle de la résilience à travers l'étude des relations médiatrices de résilience.

² Le terme adversité est employé par différents auteurs dans le champ de la résilience. Cyrulnik (2004, cité dans DeTychey et Lighezzolo-Alnot, 2012) définit ce concept comme des conditions de vie difficiles engendrant un stress aigu ou chronique ainsi que des traumatismes.

1.2.1 Les facteurs individuels

Nous nous penchons ici sur les capacités du jeune. Différents auteurs expliquent que les vulnérabilités individuelles du jeune accroissent les probabilités qu'il vive de la violence intrafamiliale (Alaggia et Vine, 2006 ; Chamberland *et al*, 2007). Comme le soulignent Trocmé *et al* (2001, dans Alaggia et Vine, 2006), au-delà des vulnérabilités qui exposent le jeune à ce risque, il peut aussi s'agir de : « difficultés de fonctionnement de l'enfant sur les plans physique, émotionnel ou cognitif » (p.61, traduction libre). Grandir en contexte de violence psychologique intrafamiliale est associé à différentes répercussions émotionnelles, cognitives ou comportementales. Quant à elles, les répercussions du vécu de violence psychologique intrafamiliale peuvent alors être émotionnelles, cognitives ou comportementales. Il est intéressant de remarquer que, lorsqu'il y a une vision déterministe du récit d'expérience du jeune, comme avec la perspective causale vue plus tôt, l'emphase est mise sur les répercussions de la violence intrafamiliale. Sur le plan émotif, la violence psychologique peut entraîner des difficultés à se valoriser (Clément *et al*, 2013), des sentiments négatifs envers soi ou un manque d'empathie et des problèmes avec la gestion des émotions, des sentiments d'autoblâme ou de rage (Wolfe et McIsaac, 2010). Sur le plan cognitif, la violence psychologique intrafamiliale génère un climat d'insécurité qui peut entacher la représentation du monde qu'a le jeune, le rendant plus hésitant à faire confiance aux individus autour de lui (Garbarino, 2001). Cette situation affecte négativement l'intégration des valeurs pour le jeune et l'expose à un risque accru de problème de santé mentale (Clément *et al*, 2013). Sur le plan comportemental, la violence psychologique intrafamiliale peut entraîner des conduites agressives, telles que de la délinquance (Melançon, 2009), des comportements antisociaux (Clément *et al*, 2013) ou des conduites internalisées telles que des comportements autodestructeurs (Melançon, 2009).

Par contre, le jeune recèle aussi un potentiel de résilience lié aux facteurs de protection individuels. Une saine gestion des émotions et un bon intellect s'avèrent protecteurs pour le jeune (Greenberg, 2007 ; Anderson, 2010). Nous pouvons aussi considérer les stratégies adaptatives, c'est-à-dire que celles qui évitent le problème sont souvent moins efficaces à long terme que celles plus proactives qui tentent de le résoudre (Runtz et Schallow, 1997). La propension à avoir davantage recours à une stratégie adaptative qu'à une autre peut tenir des opportunités présentes ou du tempérament de l'individu : un tempérament prosocial serait protecteur (Anderson, 2010 ; Greenberg, 2007 ; McLean et Pasupathi, 2010). Ungar et Liebenberg (2011 ; Anderson, 2010) concluent que l'individu doit avoir un sens de contrôle sur sa vie. La poursuite d'activités à l'extérieur du milieu familial violent ainsi qu'un imaginaire riche, qui permet d'explorer des liens sociaux réels et imaginaires, constituent d'autres mécanismes protecteurs (Anderson, 2010). Ultimement, par ses capacités individuelles et ses socialisations, l'individu doit réussir à se créer une identité positive (Anderson, 2010 ; Ungar et Liebenberg, 2011 ; McLean et Pasupathi, 2010). Cependant, les facteurs de protection individuels ne sont pas suffisants pour comprendre le récit d'expériences de résilience ; nous devons aussi identifier les facteurs de protection environnementaux qui se trouvent dans les différents milieux de vie du jeune.

1.2.2 Les facteurs familiaux et scolaires

Pour cette recherche, nous effectuerons une brève parenthèse sur les facteurs scolaires avant d'explorer les facteurs familiaux puisqu'ils concernent le milieu de vie principal du jeune. Brièvement, nous savons que l'école représente un lieu de socialisation particulièrement important, non seulement comme lieu de transmission de connaissances, des valeurs et des normes sociales, mais également parce qu'elle

réunit des opportunités de socialisation avec des pairs (Bolliett et Schmitt, 2008), des professionnels et potentiellement des modèles communautaires. En lien avec le problème de la violence intrafamiliale, nous nous concentrons ici sur le milieu de vie qui est probablement le plus stable dans le temps, soit la famille. Les facteurs de risque pouvant conduire à une situation d'adversité dans la famille sont : 1) les habitudes de vie des parents (toxicomanie, alcoolisme et criminalité) (Lavergne *et al*, 2011), 2) l'expérience des parents, passée ou actuelle, en lien avec la violence (des parents qui ont vécu de la violence intrafamiliale ou qui vivent de la violence conjugale) (Lavergne *et al*, 2011 ; Alaggia et Vine, 2006) et 3) des conditions de vie fragilisantes (fragilité socio-économique, peu d'éducation, un nombre élevé d'enfants, le bas âge des parents) (Chamberland *et al*, 2007 ; Duhamel et Fortin, 2004). Lorsqu'il y a de la violence intrafamiliale, les parents peuvent en venir à la rationaliser et à la concevoir comme un problème ne leur appartenant pas. Ainsi, ils peuvent : 1) adopter une attitude de tolérance pour cette forme de violence (par exemple, en la banalisant) (Fortin *et al*, 2002 ; Duhamel et Fortin, 2004), 2) posséder une conception restreinte de la violence (par exemple, une minimisation des conséquences) (Duhamel et Fortin, 2004) ou 3) l'attribuer à un élément extérieur (par exemple, inférer que la violence est en réaction aux comportements du jeune) (Duhamel et Fortin, 2004 ; Chamberland, 2003). Certaines expériences de socialisation passées peuvent avoir conduit le parent à rationaliser la violence par une quelconque justification (par exemple, un parent qui a vécu de la violence quand il était jeune). On se demande si l'accès à des socialisations positives pourrait-il avoir un effet sur ces justifications. Qui plus est, nous ignorons la durée du recours aux pratiques parentales violentes. Nous savons que la durée du vécu de violence psychologique intrafamiliale peut être variable : elle peut être brève ou s'étaler sur de longues périodes de la jeunesse (Van Hooland, 2011). C'est une réalité qui implique que des parents puissent cesser d'avoir recours à des pratiques parentales violentes et devenir des figures positives dans la vie du jeune, mais nous ignorons le parcours de vie ou les points tournants amenant un tel changement dans les relations familiales.

Ce qui est protecteur, c'est d'enrayer les justifications dont se servent les parents pour leur recours à la violence. Ces justifications sont d'ailleurs contrecarrées par le raisonnement dans l'éducation préventive offerte aux parents à risque d'avoir recours à des pratiques parentales violentes (Parazelli, 2006). Nous reconnaissons comme facteur de protection des jeunes dans leur famille la présence de ressources matérielles telles que l'assistance médicale, financière, éducative ou au logement (Ungar et Liebenberg, 2011). La qualité de la relation parent-enfant (particulièrement du parent non violent si seulement un des deux l'est) peut également s'avérer protectrice pour le jeune (Ungar et Liebenberg, 2011 ; Wolfe et McIsaac, 2010 ; Greenberg, 2007).

1.2.3 Les facteurs associés aux ressources présentes dans le quartier

Selon Coulton *et al* (2007), il y a une tradition en travail social qui étudie la désorganisation sociale sous forme d'agglomération de problèmes dans un voisinage. La désorganisation sociale augmente le risque que le jeune vive de la violence intrafamiliale (Coulton *et al*, 2007) en raison d'un manque de liens forts avec des personnes ou de la présence de liens forts négatifs (par exemple un voisinage criminalisé). La force des liens avec des personnes relève de la valeur affective que l'individu leur donne (Carpentier et White, 2001), alors que la valeur positive ou négative de ceux-ci leur est conférée par la nature des interactions (par exemple, un lien est négatif quand la personne fait des demandes à outrance, qu'elle critique ou incite l'individu à des conduites antisociales) (Bertera, 2005, cité dans Caron et Guay, 2005 ; Phillipson *et al*, 2004). Ce serait par des liens forts positifs que le jeune pourrait diminuer sa détresse et se sentir soutenu (Lin *et al*, 1986, dans Carpentier et White, 2001). Leur valeur protectrice est telle qu'entre les stratégies adaptatives que le jeune emploie par rapport à sa situation ou le soutien social qu'il reçoit, c'est le

soutien social qui s'avère le plus protecteur des deux (Runtz et Schallow, 1997). Les liens positifs avec des adultes significatifs ou des personnes significatives sont considérés comme un facteur de protection dans le contexte de violence intrafamiliale (Wolfe et McIsaac., 2010). Les adolescents peuvent retirer de ces liens un bien-être émotionnel (Gagné *et al*, 2010), une opportunité de s'autorévéler (Parks et Floyd, 1996 ; cité dans Cotterell, 2013) et d'intégrer la réalité sociale de leurs liens en leur attribuant des rôles et en jouant un rôle dans leurs vies (Hurrelmann et Hamilton, 1996 ; Cotterell, 2013). Ils l'aident à cheminer vers un récit d'expérience de résilience.

1.2.4 Les facteurs sociaux

Nous ciblons ici le cadre légal en ce qu'il délimite ou prescrit les comportements des individus ayant soin du jeune, particulièrement dans le contexte de violence intrafamiliale, ainsi que les services sociaux dédiés aux jeunes. Le cadre légal permet d'explorer les tensions entre la conception du jeune comme une personne ayant droit à des services, mais dont l'accès à ceux-ci dépend de la famille. La *Charte des droits et libertés du Québec*, adoptée en 1975, reconnaît des droits « économiques et sociaux aux personnes » et reconnaît au jeune le droit « [...] à la protection, à la sécurité et à l'attention que ses parents ou les personnes qui en tiennent lieu peuvent lui donner. » (Charte des droits et libertés du Québec, 1975, c.6, a.39).

S'il y a des individus pour qui la responsabilité d'assurer la protection des jeunes va de soi (par exemple les professionnels œuvrant auprès des jeunes), un certain flou persiste quant aux responsabilités de la population en général. L'article 39 de la LPJ (2015) stipule que toute personne est « tenue » de signaler les situations de mauvais traitements physiques ou sexuels, mais qu'elle « peut » signaler toute autre situation

où il y a des motifs raisonnables de soupçonner de mauvais traitements. L'obligation de signaler n'existe pas partout en Amérique du Nord. Le *Child Welfare Information Gateway* (CWIG, 2014, p.2) stipule à cet effet que 16 États des États-Unis et Puerto Rico ont une loi qui oblige tout citoyen à signaler une situation de mauvais traitements soupçonnés. Il existe une divergence entre la situation au Québec et celle aux États-Unis au sujet de la provenance des signalements. Ainsi, il y aurait jusqu'à 44 % des signalements qui proviendraient de non professionnels aux États-Unis (U.S. Department of Health and Human Services, 2005, cité dans Coulton et *et al*, 2007, p.1121) alors qu'au Québec, il s'agit de seulement 27,6 % des signalements pour l'année 2015-2016, dont seulement 10,6 % proviennent de la communauté plutôt que de la famille (ACJQ, 2016, p.20). Assurer la protection du jeune reste donc majoritairement la responsabilité de l'État et de ses employés au Québec. L'État a également des devoirs à l'égard du jeune. Ceux-ci sont décrits dans la *Convention internationale relative aux droits de l'enfant* ratifiée en 1991 par le Canada (Rapport sénatorial, 2007). L'État doit agir selon « l'intérêt supérieur » du jeune, pour sa protection et pour assurer qu'il obtienne les soins dont il a besoin (Convention Relative aux droits de l'enfant, 1989). Cependant, on reconnaît que la famille est le lieu privilégié pour répondre à ceux-ci, bien que l'État doive aussi fournir des services selon les besoins des jeunes. Au-delà des ressources de la DPJ, les investissements de l'État se traduisent par le financement d'organismes communautaires tels que des maisons pour enfants, des maisons de jeunes, des services en milieu scolaire, des activités pour jeunes ou bien des lignes d'écoute. Jusqu'ici, il n'existe pas de ressource spécialisée visant à adresser le vécu de violence intrafamiliale avec les jeunes qui en ressentiraient le besoin.

1.2.5 Les facteurs culturels

Nous savons qu'il existe une tendance au Québec à remettre la responsabilité du soin et de l'éducation des jeunes entre les mains des parents plutôt qu'entre les mains de la communauté ou de la société (Parazelli, 2006). Bien que nous ayons vu l'importance des liens sociaux pour le bien-être de l'individu au sein des facteurs communautaires, le contexte social actuel en est un où nous pouvons parler d'une fragilisation des liens sociaux. Ils sont fragilisés par l'importance mise sur la flexibilité des individus par rapport à leur emploi, leur carrière ou leur lieu de résidence (causant par exemple des ruptures avec la communauté par des déménagements) (Aubert, 2004). Les individus ont donc moins de facilité à maintenir des liens sociaux. Nous pouvons donc nous demander s'il y a actuellement un risque de désengagement communautaire auprès des familles puisque les politiques et les valeurs néolibérales concentrent la responsabilité de l'éducation des jeunes sur les parents. Soulignons le fait que le Québec a été critiqué au plan international pour l'emphase qu'il met sur l'identification rapide des comportements agressifs sur les bambins, avant même qu'ils ne grandissent avec des troubles de comportement (Parazelli, 2006). Ce ne sont donc pas que des familles qui risquent d'être laissées à elles-mêmes dans le soin de leurs enfants par la fragilisation des liens sociaux et les politiques sociales actuelles, mais il s'agit aussi d'un contexte où le jeune est parfois conçu comme un risque à contrôler. Ce contexte actuel n'est pas sans rappeler le passé : un nombre restreint de jeunes recevaient la protection de l'Église à la fin du XIXe siècle alors que de nombreuses interventions visaient à protéger la société contre d'autres jeunes jugés délinquants ou socialisés négativement (Joyal, 2000). Il serait donc protecteur pour le jeune d'avoir des valeurs orientées vers une certaine cohésion sociale, d'offrir du soutien à la communauté et d'avoir une appartenance culturelle et des valeurs d'égalité sociale (Ungar et Liebenberg, 2011).

En somme, différents facteurs peuvent être associés à des opportunités que le jeune devienne résilient. Les recherches se sont jusqu'ici concentrées sur le microsystème qu'est la famille, un choix sensé dans le contexte où la famille est ciblée pour faire diminuer les mauvais traitements et la violence intrafamiliale. Nous avons également remarqué un faible nombre de relations significatives et aidantes lorsque le récit d'expériences est marqué par les répercussions de la violence intrafamiliale. À l'inverse, la présence de ces relations devient un facteur de protection lorsqu'il y a un récit d'expériences de résilience. Ces liens et ces relations, qui font la différence entre un récit d'expérience marquée par les répercussions de la violence intrafamiliale et un récit d'expérience de résilience, sont médiateurs de résilience.

1.2.6 La place des relations pour permettre l'émergence de la résilience

Les études sur la résilience reconnaissent déjà une forte valeur aux liens qu'entretient l'individu, les qualifiant ainsi de *significant others* (Hurrelmann et Hamilton, 1996) ou de personnes significatives (Cyrulnik et Jorland, 2012 ; Cyrulnik et Duval, 2006). Cette recherche s'intéresse aux relations médiatrices de résilience qui sont au cœur du processus de résilience, en d'autres termes, qui font office de protections pour le jeune.

Nous savons que les recherches sur la violence psychologique vont de l'étude des difficultés individuelles, qui peuvent perdurer à l'âge adulte (Massie et Szajnberg, 2006 ; Flores et al, 2016), aux recherches qui s'intéressent à la résilience suite à un vécu difficile (Cyrulnik, 2010 ; Van Hooland, 2011). Les recherches laissent penser que plusieurs jeunes exposés à la violence intrafamiliale ont vécu des expériences de résilience. Selon Garbarino (2001), certains auteurs tels que Garmezy et Masten (1986) ou Losel et Bliesener (1990) pensent qu'environ 80 % des enfants deviennent

résilients. Qu'est-ce qui contribue à la résilience sur le plan des relations ? Pour ce qui est de la famille, l'étude longitudinale de Sameroff *et al* (1987), menée sur 4 ans, à partir de la grossesse de la mère, a été réalisée auprès de 215 familles. Après avoir effectué une recension des écrits suggérant que le niveau socio-économique de la famille était déterminant sur la résilience de l'enfant, ils ont émis l'hypothèse que cela pourrait être associé à dix facteurs liés à cette condition de vie. Pour leur recherche, ils ont recruté des familles sans égard à leur situation socio-économique, mais plutôt en s'assurant de la présence des facteurs associés à un niveau socio-économique faible (faible éducation des parents, le père absent, la maladie mentale). Cette recherche a mesuré la résilience en s'intéressant au développement intellectuel de l'enfant (QI). Ils sont alors arrivés à la conclusion que s'il y a plus de deux facteurs de risque présents dans le milieu familial, le QI de l'enfant sera négativement affecté (Sameroff *et al*, 1987, cité dans Garbarino, 2001, p.363). Une telle recherche accorde surtout de l'importance aux facteurs de risque, en estimant le nombre requis pour que le développement de l'enfant soit affecté.

D'autres recherches s'intéressent aux communautés qui présentent une agglomération de problèmes. Tolan (1996, cité dans Garbarino, 2001) a sélectionné un échantillon composé d'adolescents appartenant à une minorité ethnique dans une communauté pauvre et criminalisée de Chicago. Les outils utilisés pour mesurer la résilience sur deux années (le fonctionnement scolaire et le «Achenbach Child Behavior Checklist») n'ont permis de trouver aucun adolescent résilient. Cette différence peut être attribuable à la présence élevée de facteurs de risque dans la vie du jeune et, de par leur nature, nous pouvons supposer que la qualité des liens en était affectée. Nous savons que dans une communauté à problèmes multiples, il y a un manque d'intégration sociale des familles en raison de faibles interactions entre voisins et de la présence de moins d'entraide et de support (Coulton *et al*, 2007).

Une autre recherche longitudinale s'est intéressée à une communauté où le soutien social était présent malgré un niveau socio-économique relativement faible. Cela était attribuable à la présence d'une culture de la coopération (Werner et Smith, 1992). Cette recherche, qui a débuté dans les années 1950, s'est échelonnée sur 31 ans de vie d'une cohorte de 505 enfants hawaïens. Dans cette communauté, l'implication collective dans le soin des enfants s'avérait plus importante. Ainsi, dans cette cohorte, 210 enfants étaient identifiés comme étant à risque puisqu'ils étaient exposés à quatre facteurs de risque dans leur famille. Si la recherche conclut que la majorité de ces enfants, devenus adultes, étaient résilients à l'âge de 31 ans, le processus de résilience était lié à des qualités intrapsychiques, mais était dû également : 1) aux réactions des adultes face à ces enfants, 2) à l'intégration sociale des enfants passant par la participation à des activités sociales et 3) à la socialisation et aux opportunités d'obtenir du soutien social (Werner et Smith, 1992). Cette recherche, en étudiant une communauté où il y a une forte coopération malgré des problèmes socio-économiques, bonifie les connaissances sur la résilience.

1.3 Les relations médiatrices de résilience en contexte de violence psychologique intrafamiliale

Comment les personnes significatives peuvent-elles en venir à constituer des relations médiatrices de résilience? Nous avons vu lors de la recension des facteurs de risque et des facteurs de protection associés au vécu de violence intrafamiliale qu'un regard sur les relations et le contexte qui les entoure permet de comprendre différents aspects de ce problème dans la réalité du jeune. Nous voulons ici commencer à explorer comment des relations peuvent être médiatrices de résilience en faisant état de la littérature sur la résilience dans ce type d'adversité familiale.

Nous aurions aimé commencer à baliser ce problème en puisant à même des recherches concernant la violence psychologique intrafamiliale, cependant, il existe peu de recherches sur la résilience et les mauvais traitements psychologiques ou la négligence (Ben-David et Jonson-Reid, 2017) et il est encore plus difficile d'en trouver sur la résilience et la violence intrafamiliale. Quoi qu'il en soit, ce qu'on sait des relations qui contribuent à la résilience dans un contexte familial où il y a des conduites parentales violentes, c'est que les personnes qui y contribuent proviennent de différents milieux. Ces relations aident à ce que le jeune n'internalise pas cette violence et qu'il puisse se développer, devenir résilient.

Les relations avec des personnes significatives qui contribuent à la résilience du jeune partent d'un lien de confiance. Dès que la confiance est installée, peu importe le rôle de ces personnes dans la vie du jeune, qu'il s'agisse d'amis ou de professionnels, ces relations permettent au jeune d'avoir confiance alors qu'il est considéré comme un égal. En ce qui concerne les amitiés, elles permettent au jeune de sentir entouré. Les amitiés peuvent être aidantes lorsqu'elles offrent du soutien social (Marriott *et al*, 2013), mais ce soutien social est moins valorisé à l'adolescence alors que le jeune peut le percevoir négativement, c'est-à-dire se sentir inférieur s'il est l'objet d'une telle attention (Feiring *et al*, 1998, cité dans Marriott *et al*, 2013). Ces relations peuvent permettre au jeune d'être exposé à des nouvelles valeurs ou de nouvelles opinions pour ainsi expérimenter celles qui le représentent (Suzuki *et al*, 2008). Les amitiés aidantes sont libres de pressions vers la performance et permettent aux jeunes de baisser leur garde, d'être authentiques (Torres, 2011). Lorsque ces relations sont empreintes de confiance, le jeune peut se confier sur son vécu. Quand le jeune se confie sur son vécu, il peut ainsi réduire sa souffrance (Marriott *et al*, 2013).

Pour devenir résilient, le jeune doit pouvoir extérioriser le blâme qu'il ressent suite à la violence qu'il a subi et éviter ainsi de l'internaliser, ce sont ses relations et son environnement qui l'aider à y arriver. Ce qui peut contribuer à éviter cette

internalisation, c'est d'avoir des opportunités de révéler ce vécu et de tenter d'en faire sens. À mesure qu'il en fait sens et qu'il prend conscience que le seul responsable de la violence est l'abuseur, il y a une diminution du sentiment de honte et d'auto-blâme quant au vécu (Ben-David et Jonson-Reid, 2017). Cela peut également permettre aux jeunes de mettre leurs limites ultérieurement dans leurs relations afin d'éviter une revictimisation (Ben-David et Jonson-Reid, 2017).

Les relations qui permettent de parler du vécu de violence psychologique peuvent également survenir entre un jeune et un adulte significatif. Pour le permettre, il faut qu'il y ait peu de barrières relationnelles, même s'il existe une différence de pouvoir dans la relation, en d'autres mots que l'adulte se permette d'interagir avec le jeune sans le considérer comme ayant un statut inférieur (Torres, 2011; Debold *et al*, 1999, cité dans Cotterell, 2013). Le jeune doit alors pouvoir être en confiance, pouvoir se sentir supporté et compris (Baker, 2003, cité dans Marriott *et al*, 2013). Les adultes significatifs peuvent provenir de la famille (Sattler, 2018; Difulvio, 2011; Suzuki *et al*, 2008), de la famille d'amis lorsqu'ils représentent des modèles parentaux et conjugaux positifs (exempts de violence conjugale) (Suzuki *et al*, 2008), d'enseignants (Cotterell, 2013) ou d'intervenants (Sattler, 2018). Des adultes significatifs peuvent devenir des mentors pour affronter l'adversité (Difulvio, 2011) et aider le jeune à se rattacher à sa communauté et à l'école. Dans la littérature sur la résilience, on prête cette capacité aux enseignants en tant qu'adulte significatif qui peut contribuer à la résilience du jeune (Cotterell, 2013).

La motivation part, entre autres, de relations auprès de personnes significatives qui aident les jeunes à faire des changements dans leur vie et à se sentir compétents (Suzuki *et al*, 2008). Un dernier aspect de la résilience qui s'appuie sur des relations avec des personnes significatives relève de la stimulation cognitive (Sattler, 2018; Marriott *et al*, 2013). La stimulation cognitive aiderait le jeune à être résilient au plan social et académique (Sattler, 2018; Heller *et al*, 1999). Cette stimulation cognitive et

ses vertus sont crédités aux relations que les jeunes entretiennent avec des personnes significatives; lorsqu'il y a un manque de stabilité dans le milieu, des séparations conjugales, des déménagements ou des changements d'écoles fréquents, la résilience du jeune devient improbable (Heller *et al*, 1999; Dumont *et al*, 2007; Marriott *et al*, 2013).

Nous constatons donc que les relations avec des personnes significatives peuvent être porteuses de résilience en contexte d'adversité familiale. Par contre, si cette revue de littérature permet de dégager des conduites relationnelles propices à l'émergence de la résilience, on en connaît peu sur les dynamiques et des processus relationnels qui donnent lieu à cette résilience. Nous ne pouvons pas non plus les rattacher directement au contexte de violence psychologique intrafamiliale. Nous voulions donc rencontrer cette réalité en explorant la résilience relationnelle en contexte de violence psychologique intrafamiliale.

1.4 La question de recherche et les objectifs de recherche

Les relations positives, surtout celles qui offrent du soutien, se démarquent à travers la recension des facteurs de risque et des facteurs de protections, mais aussi à travers les recherches longitudinales sur la résilience. Ce constat s'inscrit en continuité avec les études sur le développement de l'individu en contexte exempt d'adversité. Dans ces études, le soutien social est perçu comme vital (Caron et Guay, 2005 ; Philipson *et al*, 2004 ; Cotterell, 2013 ; Carpentier et White, 2001). Ainsi les relations peuvent aider la personne à trouver les moyens pour se développer, pour développer des forces, des capacités, au plan affectif, social et cognitif (Papalia *et al*, 2010). Ce sont des assises sur lesquelles l'individu peut s'appuyer pour ensuite affronter l'adversité, de plus ces relations peuvent s'avérer aidante pour créer sa résilience. Pourtant, les relations médiatrices de résilience restent peu étudiées dans le domaine de la résilience (Anderson, 2010 ; Phillipson *et al*, 2004 ; Cotterell, 2013; Ben-David et

Jonson-Reid, 2017). C'est ce processus relationnel de la résilience, passant par des relations médiatrices de résilience, que nous aimerions étudier ici.

De notre côté, nous croyons que les jeunes adultes ayant vécu de la violence psychologique intrafamiliale dans leur jeunesse seront à même de nous communiquer, à travers le témoignage de leur expérience de la résilience avec des personnes significatives, les différents éléments dessinant le contour du concept de relations médiatrices de résilience. Toutefois, puisque nous les sollicitons sur le plan de la mentalisation à travers le processus méthodologique de cette recherche, soit qualitatif, un objectif se rapprochera aussi de cette notion porteuse de résilience en s'intéressant au sens que les jeunes prêtent à leurs expériences passées.

Question de recherche :

Comment les relations avec des personnes significatives dans leur jeunesse ont-elles contribué au développement de la résilience chez de jeunes adultes ayant grandi en contexte de violence psychologique intrafamiliale ?

Objectifs :

- 1) Explorer qui étaient les personnes significatives présentes durant la jeunesse des jeunes adultes.
- 2) Explorer comment elles ont contribué à leur développement.
- 3) Réfléchir à ce qui les a rendues médiatrices de résilience par rapport au vécu de violence psychologique intrafamiliale.
- 4) Explorer comment les jeunes adultes ont trouvé un sens à leur vécu et à leurs relations en interagissant avec des personnes significatives.

CHAPITRE II

CADRE CONCEPTUEL

Dans notre problématique, nous avons pu constater que le parcours de vie d'un jeune peut avoir lieu dans des conditions familiales et sociales difficiles, mais que, malgré tout, le jeune peut construire son devenir en développant des liens significatifs aux autres. Nous sommes arrivés à cette constatation en parcourant des études empiriques abordées à travers la recension des écrits sur les facteurs de risque et les facteurs de protection entourant la violence psychologique intrafamiliale, ainsi que des études longitudinales portant sur l'émergence de la résilience. Nous estimons alors que, devant la richesse de la réalité sociale associée à la jeunesse, il est de mise de solliciter le point de vue de jeunes adultes pour comprendre leur expérience et le sens qu'ils donnent à leur vécu. Puisque nous nous intéressons à leur jeunesse dans ce chapitre, nous les désignons ici par le terme de jeunes³. Nous avons donc campé notre cadre conceptuel dans la perspective écosystémique que nous allons tout d'abord présenter. Nous définirons ensuite les trois concepts suivants : 1) la violence psychologique intrafamiliale, 2) la résilience, selon trois perspectives (dont la résilience relationnelle que nous privilégions), et 3) les relations médiatrices de résilience. Suivra l'opérationnalisation du concept de résilience. Nous concluons ce chapitre en abordant la pertinence de cette recherche pour le travail social.

³ Pour notre recherche, le terme des «jeunes» désigne les personnes âgées entre 0 et 18 ans.

2.1 La perspective écosystémique

Comme nous nous intéressons à cerner l'expérience de jeunes adultes avec des relations médiatrices de résilience en contexte de violence psychologique intrafamiliale durant leur jeunesse pour cette recherche, nous avons ancré le cadre conceptuel dans la perspective écosystémique. La perspective écosystémique donne une place importante à l'expérience (Bronfenbrenner, 1979). Dans son texte fondateur de la perspective, Bronfenbrenner (1979) met d'ailleurs l'accent sur les racines phénoménologiques de cette perspective avant de décrire le contenu des différentes couches systémiques. Bronfenbrenner(1979, p.22) se serait ainsi appuyé des travaux de Husserl (1950), de Köehler (1938) et de Katz (1930). Ainsi, pour Bronfenbrenner (1979) :

Il y a très peu d'influences externes affectant significativement les comportements et le développement humain qui puissent être décrites seulement en termes de conditions physiques et d'événements objectifs; les aspects de l'environnement qui ont le plus d'importance pour stimuler la croissance psychologique sont majoritairement ceux qui sont porteurs de sens pour la personne dans une situation donnée.(p.22, traduction libre).

Le sens que la personne donne à son expérience peut être influencé par son environnement et ses relations. Pour pouvoir comprendre comment des relations peuvent devenir médiatrices de résilience pour des jeunes qui grandissent en contexte de violence psychologique intrafamiliale, il fallait donc les situer dans l'environnement global du jeune. Ainsi, la vie d'une personne se déroule dans différents milieux où différentes couches systémiques peuvent avoir de l'influence l'une sur l'autre. Il s'agit de : l'ontosystème, du microsystème, du mésosystème, du macrosystème, de l'exosystème et du chronosystème. Nous présentons ici ces six couches systémiques brièvement.

L'ontosystème relève de l'individu lui-même, il englobe les capacités individuelles acquises ou innées (El Hage et Reynaud, 2014). Pour le jeune, le micro-système contient les lieux principaux de socialisation, tel que la famille nucléaire et étendue, mais aussi les lieux où se concentrent les interactions du quotidien (par exemple, l'école, la garderie, etc.) (Swick et Williams, 2006). Le mésosystème est constitué des connections relationnelles entre les différents microsystèmes de la vie du jeune, de la famille ou du quartier (Bronfenbrenner, 1994; Swick et Williams, 2006; El Hage et Reynaud, 2014). On pense, par exemple, aux relations entre les milieux scolaire, familial, de quartier ainsi que les amitiés (Bronfenbrenner, 1979, p.25). L'exosystème comprend les différents environnements où le jeune et sa famille ne sont pas des participants immédiats, mais qui affectent leur vie tel l'emploi des parents ou le chômage, la classe sociale, les institutions étatiques ou légales (El Hage et Reynaud, 2014). Le macrosystème englobe les valeurs, les croyances, les normes et les idéologies du contexte culturel et social dans lequel grandit le jeune (El Hage et Reynaud, 2014). Finalement, le chronosystème permet de comprendre l'histoire des relations dans la famille (Swick et Williams, 2006). On peut ainsi contextualiser les relations dans un cadre temporel.

En somme, ce qui affecte le développement du jeune ne se trouve pas que dans son environnement immédiat, il s'agit aussi d'interactions entre les différents milieux ainsi que d'influences extérieures provenant de l'environnement plus large (Bronfenbrenner, 1979,p.22). Toutefois, pour le fondateur de la perspective écosystémique, il est important que cette perspective mette l'emphase sur les définitions que les personnes ont de la situation, de s'intéresser à leur expérience, à leurs actions et aux connaissances qui informent celles-ci (Bronfenbrenner, 1979, p.32). Dans les sections suivantes, les définitions de la violence psychologique, de la résilience et des relations médiatrices de résilience elles-mêmes situées dans un contexte social et culturel. La définition de la violence psychologique intrafamiliale a changé au fil du temps (Trocme et al, 2001) tout comme celle de la résilience qui est

actuellement définie dans un contexte individualiste (Jordan, 2012).

2.2 La violence psychologique intrafamiliale

Nous avons pu établir, plus tôt, que le Québec a approché la violence intrafamiliale par différentes perspectives à travers le temps, il faut spécifier ici que la définition de la violence psychologique intrafamiliale a elle-même changé au cours des époques. En fait, en s'intéressant aux jeunes adultes âgés de 18 à 30 ans (nés entre 1990 et 1997), nous savons que la définition de la violence qu'ils ont vécue a changé significativement au moins deux fois dans leur vie. Avant les années 1990, on ne parlait que de torts psychologiques causés au jeune si le parent n'accomplissait pas son devoir de lui fournir les soins dont il avait besoin (Trocmé *et al*, 2011, p.832).

Dans les années 1990, on commence à parler de conduites parentales causant des torts émotionnels qui s'apparentent à la notion actuelle de mauvais traitements psychologiques (Ibid., p.832). Le concept de violence psychologique intrafamiliale a ainsi émergé. Les études sur le sujet se concentrent alors sur les pratiques des parents et la situation (par exemple, des enfants exposés à la violence conjugale). Puis, en 2007, la LPJ a introduit la notion de « mauvais traitements psychologiques » (Gagné *et al*, 2010, p.91). Établir la distinction entre la violence psychologique intrafamiliale et les mauvais traitements psychologiques est un processus auquel divers auteurs ont contribué (Trocmé *et al*, 2011 ; Glaser, 2002 ; Gagné, 2001 ; Wolfe et McIsaac, 2010). La violence psychologique se distingue des mauvais traitements psychologiques en ce qu'elle n'implique pas de risque de compromission, signalé et retenu, pour le développement ou la sécurité du jeune (Gagné *et al*, 2010). Pour les jeunes ayant grandi dans les années 1990, tout comme pour leurs parents, le concept de violence psychologique intrafamiliale était donc nouveau.

Pour ce qui est de la définition de la violence psychologique, Gagné (2001) a effectué une recension des représentations des intervenants et des parents pour explorer les dimensions comprises dans le concept de violence psychologique intrafamiliale. Selon ses recherches, cette forme de violence découle de certaines pratiques parentales et comprend trois dimensions : 1) les actes commis, 2) les actes omis (intentionnels ou non) et 3) les habitudes de vie (Gagné, 2001, p.76). Les actes commis sont les « agressions psychologiques » soit des pratiques parentales qui rejettent affectivement le jeune, le terrifient ou exercent un contrôle indu sur ce dernier (Gagné *et al*, 2010, p.80). Les actes omis entraînent un même résultat, soit un sentiment de rejet chez le jeune ou de la terreur, mais ils tiennent de l'omission (par exemple, le manque de disponibilité affective du parent). Finalement, les habitudes de vie passent par des interactions parents-enfants inappropriées selon les normes sociales, telles que la parentification de l'enfant, ou l'exposition de ce dernier à des risques dans son environnement (par exemple, la toxicomanie des parents) (Gagné, 2001). Dans l'ensemble, ces pratiques parentales psychologiquement violentes : 1) sont néfastes pour l'enfant, car elles peuvent mettre à risque son développement et 2) sont inacceptables parce qu'elles enfreignent les droits de l'enfant, les normes sociales ou encore découlent de l'abus de pouvoir ou de la malveillance (Gagné, 2000, p.133, cité dans Gagné, 2001, p.80).

Pour cette recherche, nous définissons donc la violence psychologique intrafamiliale par des conduites parentales commises, omises ou des habitudes de vie. Devant cette violence, la résilience implique que le jeune préserve son développement et qu'il puisse faire sens de ses expériences tout en se construisant une image positive de lui-même.

2.3 La résilience

La résilience se définit par l'adaptation positive de la personne en dépit de l'adversité (Luthar *et al*, 2000, cité dans Macé, 2014, p.30). De son côté, l'adversité peut comprendre un stress chronique ou aigu, voire même un traumatisme (Cyrulnik, 2004, cité dans DeTychey et Lighezzolo-Alnot, 2012). Avec l'effervescence des recherches en résilience, ce champ d'études bénéficie de savoirs provenant de différentes origines culturelles, théoriques et méthodologiques à travers diverses disciplines. Le revers de cette richesse empirique réside dans la difficulté à atteindre une cohésion des savoirs. Ceux-ci sont diversifiés, mais également difficiles à unifier. Pour commencer à comprendre la résilience, il faut mentionner qu'elle se découpe elle-même en différentes réalités. La résilience peut être conceptualisée en tant que capacité individuelle (l'invulnérabilité), en tant que processus (le déploiement de stratégies, le développement de forces) ou en tant que résultat (l'état obtenu au terme du déploiement des stratégies) (Michallet, 2009). Il y a une certaine variabilité entre ces conceptualisations dans les recherches sur le sujet, la résilience s'avérant tantôt un processus et ensuite un résultat. Cette fluidité se comprend, mais il est préférable de traiter la résilience comme un résultat pour mieux l'opérationnaliser (Michallet, 2009). Pour cette recherche, nous concevons surtout la résilience en tant que processus. Nous aborderons ainsi les nuances entourant la résilience puisqu'elles permettent de prendre en compte les limites du concept et de les adresser pour bien opérationnaliser la résilience dans notre recherche.

Quand la résilience est conceptualisée en tant que capacité individuelle dans les recherches, nous la définissons par le tempérament de la personne ou par ses forces, c'est-à-dire par des traits individuels innés. Cette capacité individuelle qu'est la résilience précède la rencontre potentielle d'adversité dans le parcours de vie de la

personne. Elle est donc associée à une certaine « invulnérabilité » quant aux difficultés de la vie (Luthar *et al*, 2000 ; Michallet, 2009). Il y a deux embûches entourant une telle conceptualisation de la résilience : elles concernent la nature de la résilience ainsi que sa portée dans le développement de la personne. Tout d'abord, la résilience n'est pas statique : elle est dynamique, c'est-à-dire qu'elle varie selon les événements de la vie et l'environnement. Elle peut donc fluctuer dans le temps (Anderson, 2010 ; Luthar *et al*, 2000). Dans ce contexte, l'invulnérabilité semble improbable puisque la résilience est affectée par les ressources de l'environnement : un individu peut être résilient devant une situation d'adversité et être ébranlé plus tard dans une autre situation d'adversité provenant d'un autre contexte (Anderson, 2010). En ce qui concerne la portée de la résilience, elle n'est pas globale : on ne peut pas avoir l'attente qu'un individu soit exempt de toute difficulté et qu'il excelle dans toutes les sphères de sa vie, tant sur les plans académique, social et émotionnel que psychologique (Luthar *et al*, 2000). Vu les limites du concept de résilience en tant que capacité individuelle, nous concevons plutôt la résilience en tant que processus qui se transige dans le temps et à travers les relations.

En ce qui concerne la résilience conceptualisée comme processus, il s'agit d'un champ d'études prometteur et prolifique (Luthar *et al*, 2000). Il n'y a pas de consensus entourant « un » processus qui conduirait à la résilience. De manière similaire à l'étude d'autres phénomènes humains (la culture, l'individu, la société, la santé, la psychopathologie ou la criminalité), il y a différentes façons de concevoir le processus derrière l'émergence de la résilience. Nous explorons donc ici trois perspectives qui sont significatifs à l'étude de la résilience en tant que processus : 1) la perspective psychique (la maturation affective, la régulation des émotions et la mentalisation), 2) la perspective environnementale (le jeu des ressources disponibles sur les plans individuel et environnemental) et 3) la perspective relationnelle (le mouvement vers des relations plus complexes, vers la connexion mutuellement satisfaisante). Comme nous le verrons, si cette recherche emprunte parfois des

concepts issus de ces trois perspectives, elle s'inscrit surtout dans la perspective de la résilience relationnelle.

La perspective psychique de la résilience s'intéresse aux processus internalisés qui conduisent à une saine régulation des émotions, aux stratégies de résistance face au choc psychique ainsi qu'à l'intégration du vécu du jeune en vue d'une reconstruction psychique, pouvant inclure la mentalisation (Delage, 2010 ; Delage et Cyrulnik, 2010). Cette perspective a été explorée par différents auteurs (Cyrulnik et Duval, 2006 ; Anaut, 2006 ; Vaillant, 1993). Selon ces auteurs, cette perspective peut prendre l'une de ces deux désignations : « psychique » (Van Hooland, 2011 ; Anaut, 2012) ou « intrapsychique » (Ionescu et Jourdan-Ionescu, 2010, para.5). Dans cette perspective, la résilience peut s'arrimer à l'expérience affective, soit le vécu relationnel comprenant l'attachement (Cyrulnik, 2010). Cette expérience peut s'étaler dans l'intrapsychique et l'interpsychique alors que la personne se raconte et vit des étayages affectifs (Delage et Cyrulnik, 2010). Le processus de la résilience psychique inclut le déploiement de stratégies de résistance et la mentalisation. Ces stratégies de résistance permettent à l'individu de réguler ses émotions (Delage, 2010). La description de celles-ci par Van Hooland (2011), qui s'appuie sur des travaux d'Esparbès-Pistre *et al* (1996 ; cité dans Van Hooland, 2011, p.72), permet de décliner les stratégies sous quatre types, soit : 1) les stratégies identitaires (construction d'une identité positive à l'aide de relations sociales significatives permettant de s'estimer et d'avoir du contrôle sur sa vie), 2) les stratégies d'engagements sociaux (visant la résolution de la situation conflictuelle en trouvant de nouveaux rôles sociaux, en adhérant à d'autres réseaux sociaux), 3) les stratégies de projet (où l'individu se dégage de la situation conflictuelle en s'investissant dans des projets) et 4) les stratégies adaptatives (où l'individu cherche à gérer ses émotions face au stress et à gagner une certaine maturité émotionnelle). Pour ce qui est de la mentalisation, elle permet à l'individu de trouver un sens à ce qu'il a vécu (Van Hooland, 2011), de

trouver une façon de traduire sa souffrance en mots dans le but de pouvoir en parler avec autrui (Marty, 1991, cité dans De Tychev et Lighezzolo-Alnot, 2012, p.92). La mentalisation permet aussi à l'individu de réfléchir à ses expériences relationnelles, en repassant dans sa tête les actions et réactions de chacun, en s'imprégnant des perceptions qui y sont liées, des intentions derrière les gestes et des émotions qu'elles suscitent (Ensink et Normandin, 2013).

La résilience peut également être étudiée sous l'angle d'une perspective environnementale. Il peut s'agir d'une vue écologique (Ungar, 2012) cherchant à comprendre les relations entre les différents facteurs de protection et facteurs de risque présents dans l'environnement ou dans l'écosystème. Nous pensons ici au modèle socioécologique (Benzies et Mychasiuk, 2009, cité dans Zolkoski et Bullock, 2012) ainsi qu'aux modèles visant à expliquer l'interaction entre des facteurs individuels et d'autres qui sont environnementaux en vue de se diriger vers la résilience (Zolkoski et Bullock, 2012). Cet ensemble de modèles environnementaux s'inspire des facteurs de protection décrits précédemment dans notre problématique. Ils sont prégnants dans les études sur le développement de l'enfant ainsi que dans celles sur la résilience. Les principaux auteurs ayant conceptualisé ces modèles de la résilience sont Masten, Luthar et Rutter (Macé, 2014, p.27). Une perspective environnementale est employée dans trois types d'études à finalité distincte (Masten et Obradovic, 2006, cité dans Zolkoski et Bullock, 2012, p.2296), soit : 1) celles cherchant à déterminer ce qui peut prévenir le développement de psychopathologies chez les jeunes, 2) celles s'intéressant à comprendre les processus sous-jacents à l'association de la résilience aux facteurs de protection et 3) celles orientées vers l'action, dont la visée est préventive, interventionniste, voire politique. Ce dernier type d'étude a pour but de favoriser la résilience chez les enfants dont le développement est à risque d'être compromis.

Finalement, nous présentons ici une dernière perspective pour expliquer le processus de la résilience, la résilience relationnelle. Le processus de la résilience implique ici les relations avec les autres, les humains étant naturellement interreliés et ayant besoin d'entrer en relation (Jordan, 2013a, 2013b). Selon cette perspective, les vecteurs de résilience sont des relations qui, d'une part, favorisent le développement social et affectif et qui, d'autre part, qui impliquent une mutualité (Spencer *et al*, 2004 ; Jordan, 2013 b, p.79). Dans l'ensemble, ces relations prennent place avec des personnes significatives et elles créent chez l'individu qui en profite un sentiment de satisfaction face à la vie (« zest »), de la clarté, de la valorisation, un sentiment de productivité et un désir de nouer d'autres relations (Jordan, 2013 b, p.81).

2.4 L'opérationnalisation de la résilience : les relations médiatrices de résilience

Comme nous l'avons vu, la résilience se définit comme un développement ou une adaptation positive en dépit de l'adversité (Anderson, 2010 ; Zolkoski et Bullock, 2012 ; Naglieri *et al*, 2013 ; Macé, 2014 ; Heller *et al*, 1999 ; Marriott *et al*, 2013 ; Werner et Smith, 1992). Nous opérationnalisons ici la résilience en s'appuyant du modèle de la résilience relationnelle (Torres, 2011). Le processus de la résilience solliciterait donc le développement de soi, dans des relations et dans un contexte social, ainsi que des relations qui favoriseraient le développement de forces, de capacités relationnelles et de résilience (Hartling, 2008).

Dans ce modèle de la résilience, le développement de soi (*self* en anglais) est soumis à des pressions culturelles qui affectent les opportunités relationnelles. La personne peut perdre des relations, vivre des ruptures relationnelles, lorsqu'il y a des contextes de hiérarchie sociale, de sexisme, d'homophobie ou de racisme (Jordan, 2012; 2013b). Au-delà de son effet quant aux opportunités relationnelles, le contexte

culturel prescrit également certains traits individuels associés au développement de soi jugé performant en société. En Amérique du Nord, ces pressions culturelles s'inscrivent dans l'hyperindividualisme et dans le néolibéralisme. La personne est donc jugée accomplie si elle démontre de l'indépendance, de l'autonomie, un esprit compétitif et si elle n'éprouve pas le besoin de s'épancher sur son vécu émotif et si elle peut exercer du pouvoir sur les autres (Banks et al, 2011; Jordan, 2012, 2013b). Selon ces normes, ce serait par ces traits que la personne pourrait éprouver du bien-être et se sentir en sécurité (Jordan, 2013a). Les relations seraient présentes en cas de besoin, pour du soutien social ou de la gratification individuelle (Jordan, 2000, cité dans Jordan, 2012). Par contre, pour la résilience relationnelle, même si la personne est influencée par son cadre culturel, aussi individualiste puisse-t-il être, la personne a besoin d'entrer en relations pour son bien-être et sa sécurité, d'être interrelié. C'est en entrant en relation que la personne se développe puisque l'humain a besoin de relations tout au long de sa vie et qu'il importe aussi qu'il éprouve le sentiment d'avoir de la valeur pour les autres et qu'il puisse participer dans sa réalité relationnelle (Jordan, 2012). Ce que propose la résilience relationnelle, c'est que les relations renforcent les forces individuelles de la personne et fortifient toutes les forces requises pour le développement de la résilience (Hartling, 2008). Si les relations contribuent à des forces individuelles, les auteurs de la résilience relationnelle affirment que les relations contribuent aussi à des forces relationnelles et au développement relationnel (Hartling, 2008).

Dans le modèle de la résilience relationnelle, les relations façonnent la personne dans ses capacités, la fortifient, la soutiennent, l'incluent dans une réalité sociale plus large, l'aident à gagner du pouvoir sur sa vie, à être authentique et à sentir qu'elle peut faire une différence dans son monde. Par la perspective de la résilience relationnelle tout comme par la perspective écosystémique, nous savons que diverses relations contribuent au développement de la personne. Alors que le jeune se

développe en tant que personne, il acquière certaines forces à travers ses relations. Ce sont des acquis qui peuvent être déployés dans son quotidien, mais qui peuvent également l'aider à affronter l'adversité lorsqu'il la rencontre dans sa vie. Pour cette recherche et à travers ce mémoire, nous nous intéressons donc d'abord : 1) à explorer comment des personnes significatives contribuent au développement de la personne (pour cerner le rôle des personnes significatives vers l'apprentissage ou le développement d'intérêts, de stratégies d'adaptations, de forces et d'attitudes devant l'adversité qui permettent de composer avec l'adversité qu'est la violence psychologique intrafamiliale lorsqu'elle s'installe dans leur jeunesse), 2) ensuite à décrire et à comprendre l'adversité qui fragilise le développement de ces jeunes durant leur jeunesse, c'est-à-dire la violence psychologique intrafamiliale (à identifier les obstacles aux relations dans ce contexte, les stratégies adaptatives déployées pour résister à ce stress et à cette souffrance et particulièrement si elles originent de l'individualité de la personne ou de ses expériences relationnelles passées, à décrire le fonctionnement de ces stratégies) et 3) finalement à étudier l'émergence de la résilience soutenue par des relations médiatrices de résilience dans le contexte particulier de la violence psychologique (aux aspects relationnels qui stimulent la résilience, qu'il s'agisse de modèles, d'apprentissages ou de soutien) et au sens que les jeunes prêtent à leur expérience selon leur contexte. Nous mettrons donc à profit ce que la perspective écosystémique nous enseigne des relations et de leur contribution au développement dans un premier temps avant d'explorer ensuite les dynamiques relationnelles jugées nécessaires pour favoriser la résilience au regard de la résilience relationnelle.

Pour ce qui est des contributions de personnes significatives au développement, la perspective écosystémique stipule que la qualité d'un environnement et des relations dans celui-ci dépend de sa: «capacité à soutenir et à favoriser le développement, ainsi que de fournir un contexte qui est validant émotionnellement et stimulant au plan du développement» (Garbarino et al, 2002, p.399, traduction libre). À l'intérieur d'un

microsystème qui contribue au développement, soit une relation impliquant au moins deux personnes, qu'il s'agisse du jeune avec une personne significative ou plus, on trouve : 1) des activités (le jeune peut influencer son environnement), 2) des rôles (le jeune est situé socialement, il est un frère ou une sœur, un enfant, un membre d'une famille, d'un groupe d'amis) ainsi que 3) des structures relationnelles (des degrés de réciprocité, un équilibre ou un déséquilibre de pouvoir entre personnes et des aspects affectifs aux relations). (Bronfenbrenner, 1979).

Les personnes significatives contribuent au développement du jeune par des apprentissages, par la socialisation et par des aspects affectifs. Tout d'abord, le jeune prend part à des activités culturelles qui stimulent ses apprentissages puisqu'il est : «guidé par des pairs qui ont des capacités plus développées, par des frères ou sœurs, ainsi que des adultes, les jeunes peuvent apprendre à penser, à développer des nouvelles capacités et à approcher avec plus de maturité la résolution de problèmes.» (Boyden et Mann, 2005, p.3, traduction libre). Pour ce qui est de la socialisation, au-delà des rôles que les jeunes jouent dans leurs relations, les jeunes font sens de leurs expériences selon leur âge, leurs capacités, leur contexte, ainsi que par les aspects culturels, sociaux et économiques de leur environnement (Boyden et Mann, 2005, p.3). Les adultes présents autour d'eux structurent l'environnement des jeunes pour qu'ils développent les capacités, les connaissances et les expériences requises pour s'intégrer à leur communauté, mais les jeunes demeurent des acteurs dans leur environnement, ils peuvent l'influencer et ils font sens de leurs expériences selon leur contexte (Boyden et Mann, 2005, p.3). Finalement, les relations ont un aspect affectif, qu'on peut observer dans le temps alors que les relations évoluent : «On mesure la richesse sociale dans la vie d'un individu par la disponibilité de relations durables, réciproques et diversifiées qui mettent l'emphase sur le jeu, le travail et l'amour.» (Garbarino et al, 2002, p.399, traduction libre). Lorsqu'il y a cette richesse relationnelle, particulièrement la mutualité dans les relations, on se rapproche de la résilience relationnelle décrite par Jordan (2012).

Nous voyons donc que lorsque la personne rencontre de l'adversité, elle peut puiser des forces et des stratégies qu'elle a développée à travers ses expériences relationnelles passées pour l'affronter. Les expériences relationnelles qui contribuent au développement peuvent donc affecter les réactions de la personne devant l'adversité en ayant contribué à construire les forces et les capacités de la personne. On sait que l'adversité durant la jeunesse tient de situations sur lesquelles le jeune n'a pas de contrôle, mais qui peuvent «entacher son développement, lui causer du tort, du stress ou de la souffrance» (Burgermeister, 2007,p.164, traduction libre). Le concept d'adversité regroupe des situations qui causent du stress, des traumatismes ou de la violence intrafamiliale (Burgermeister, 2007). Lorsque l'adversité survient dans la vie du jeune, lorsqu'il fait l'expérience de violence psychologique intrafamiliale, s'il peut s'appuyer sur des forces et des stratégies d'adaptation fortifiées dans le passé auprès de personnes significatives, le jeune s'appuie aussi sur des relations qui peuvent l'aider dans ce contexte. Pour cette recherche, on s'appuie sur la résilience relationnelle, mais on n'exclut pas les savoirs issus d'autres perspectives de la résilience. Ainsi, dans certains contextes, des auteurs tels qu'Anaut (2006) et Cyrulnik et Jorland (2012), prêtent la qualité de « tuteurs de résilience » à certaines relations. Il s'agirait de relations qui favorisent la résilience par l'association réelle ou symbolique à des personnes significatives qui ne connaissent pas nécessairement les souffrances du jeune. Elles peuvent offrir du soutien au jeune (de l'écoute, de l'aide, des conseils, de l'accompagnement, des encouragements, des expériences positives) et servir de soutien identificatoire (en servant de modèles aux yeux du jeune) (Anaut, 2012, p.80-81). Pour ce qui est de la résilience relationnelle, elle s'intéresse particulièrement aux relations mutuelles qui contribuent à la résilience de la personne. Les relations qui encouragent la résilience y sont mutuelles, voire réciproques, et, dans l'opérationnalisation de la résilience, elles incluent ces cinq éléments (Jordan, 2012, 2013b; Torres, 2011, p.47) : 1) le support dans la vulnérabilité (la personne peut chercher du soutien et de l'acceptation), 2) un engagement empathique mutuel (l'ouverture et l'engagement vers le bien-être de l'autre), 3) la confiance relationnelle

(par la constance de l'engagement dans la relation), 4) l'encouragement mutuel de la croissance de l'autre (le gain d'un certain pouvoir sur sa vie) et 5) la création mutuelle de la conscience de soi et de ses relations (la réalisation qu'on affecte son monde relationnel et que celui-ci nous affecte).

La résilience relationnelle comprend donc le développement en interrelation, c'est-à-dire à travers des relations qui fortifient les forces individuelles et qui génèrent un développement relationnel ainsi que par des relations réciproques qui permettent de développer sa résilience.

2.5 Pertinence de la recherche pour le travail social :

Cette recherche permettra de connaître le point de vue de jeunes adultes au sujet des relations médiatrices de résilience en contexte de violence psychologique intrafamiliale. Il était pertinent d'aller chercher le point de vue jeunes adultes sur leur résilience puisque nous savons que la résilience n'est pas une invulnérabilité acquise (Anderson, 2010), c'est-à-dire qu'une personne peut rencontrer des adversités multiples au fil de sa vie et ne pas être résiliente à toutes les expériences négatives qu'elle rencontrera. Il s'agit également d'une démarche de recherche pertinente au travail social en ce que nous ne pouvons pas présumer connaître l'ensemble de la réalité qu'est la résilience si nous ne nous intéressons qu'au point de vue des professionnels et des scientifiques sur le sujet. Une fois que nous pouvons opérationnaliser le concept, il faut chercher le point de vue de ceux qui vivent cette réalité et le prendre en considération.

Dans la littérature scientifique, il y a peu de recherches portant sur l'émergence de la

résilience dans le contexte de la violence psychologique intrafamiliale et, pourtant, c'est un problème social qui a une ampleur élevée et des effets négatifs connus (Clément *et al*, 2013). Il semblait donc de mise d'aller collecter le point de vue de jeunes adultes sur leur résilience de façon rétrospective. Cette démarche permettra de situer le développement dans un contexte relationnel, tout comme l'émergence de la personnalité et de l'identité, en les contextualisant avec les personnes significatives présentes durant la jeunesse. Cette recherche apportera également un éclairage sur le contexte de violence psychologique intrafamiliale, particulièrement en ce qu'il affecte les relations aux autres en entachant la confiance du jeune envers les autres. C'est dans ce contexte où il peut être plus difficile d'avoir confiance envers les autres qu'il est particulièrement important de tenter de comprendre comment des relations peuvent aider : comment contribuent-elles à la résilience « naturelle » (par les ressources présentes pour le jeune) ou « assistée » (par la recherche de soutien professionnel) (Ionescu, 2015)? Nous savons que la résilience est un concept récurrent pour l'intervention : il est fondamental à l'approche des forces (Saleebey, 2002 ; Healy, 2014) et à l'approche orientée vers les solutions (Healy, 2014), mais il est central à la « thérapie relationnelle culturelle » ou *Relational-Cultural Therapy* (Jordan, 2012) et à la résilience assistée (Ionescu, 2015). Sachant que ce ne sont pas tous les jeunes qui vont chercher de l'aide professionnelle, il est particulièrement pertinent de déterminer comment des relations présentes durant la jeunesse peuvent contribuer au développement de la résilience. Peut-être pourrions-nous ensuite la promouvoir ? Rencontrer ces relations médiatrices de résilience dans les propos de jeunes adultes qui ont vécu leur jeunesse dans un contexte de violence psychologique intrafamiliale permet de mieux saisir comment les relations médiatrices de résilience émergent et découvrir les capacités particulières qu'elles nourrissent chez le jeune.

CHAPITRE III

MÉTHODOLOGIE

Ce chapitre nous permet d'explorer la méthodologie employée pour conduire cette recherche. Nous élaborerons ici sur la nature qualitative et exploratoire de cette recherche, la méthode d'échantillonnage et l'échantillon, le recrutement, la collecte de données et l'analyse des données. Par la suite, nous conclurons avec les considérations éthiques de cette recherche.

3.1 La méthode de recherche

Cette recherche qualitative est de type descriptive et exploratoire. On s'intéresse donc d'abord à dresser un portrait de l'environnement social des jeunes adultes qui ont grandi en contexte de violence psychologique intrafamiliale, à décrire les personnes significatives présentes et les dynamiques relationnelles qui ont rendu la relation à certaines d'entre elles médiatrice de résilience.

Les recherches descriptives cherchent à décrire ou à expliquer les relations entre des phénomènes et des événements tels qu'ils arrivent. Le but principal d'une recherche descriptive est de fournir une vue d'ensemble d'une population ou d'un phénomène en en décrivant les

situations ou les événements (Rubin et Babbie, 1997). (Thyer, 2001, p.131).

Cette recherche est également exploratoire puisqu'on tentait de comprendre un phénomène peu étudié, soit ce qui rend des relations auprès de personnes significatives médiatrices de résilience en contexte de violence psychologique intrafamiliale. Il y a encore peu de données qui nous permettraient de comprendre comment des relations contribuent à la résilience du jeune dans ce contexte. Par la démarche de recherche exploratoire, nous visons ainsi à obtenir de nouvelles connaissances, mais surtout de nouvelles pistes de recherche (Babbie, 2001) pour comprendre l'émergence de la résilience chez de jeunes adultes qui ont grandi dans un contexte de violence psychologique intrafamiliale. Pour cette recherche, nous nous intéresserons au sens que donnent les jeunes adultes à leurs interactions passées avec des relations médiatrices de résilience. Par ce que nous savons de la recherche qualitative, un même comportement, une même interaction, n'a pas la même signification d'un individu à l'autre (Paillé, 2007 ; dans Dorvil, 2007). En sollicitant le point de vue de plusieurs jeunes adultes, il sera possible d'obtenir une richesse descriptive et exploratoire. Notre recherche permettra aussi de dépasser les modèles causaux qui ont dominé le champ de la recherche (Hesse-Biber et Leavy, 2006) et dont la présence est forte dans les études sur le contexte de la violence psychologique intrafamiliale.

3.2 La constitution de l'échantillon

Pour les besoins de notre recherche, nous avons créé un échantillon en ayant recours à une méthode d'échantillonnage non probabiliste. Cet échantillonnage nous a permis de sélectionner des participants, non pas par leur représentativité dans la population

générale, mais par leur inclusion dans un sous-groupe de la population en raison de critères d'inclusion (Lamoureux, 2000) (en lien avec leur âge et leur vécu dans ce cas-ci). Ils devaient : 1) être âgés de 18 à 30 ans, 2) avoir grandi en contexte de violence psychologique intrafamiliale, 3) ne plus résider dans le milieu familial (afin d'avoir un regard rétrospectif sur leur vécu) et 4) nommer avoir vécu des relations, dont des relations mutuelles, qui leur ont permis de se sentir soutenus.

Pour le premier critère, nous avons retenu celui de l'âge puisque nous cherchions à avoir la perspective des jeunes adultes pour cette recherche. Il n'y a pas d'absolu quant aux limites d'âge requises pour appartenir à la catégorie des jeunes adultes (Gauthier, 2000). Par contre, l'âge maximal choisi pour cet échantillon était important puisque cette recherche s'appuie sur des données rétrospectives. Ce type de données peut être affecté par le présent, par la cadence des changements dans la vie au moment où nous rencontrons la personne, et il est associé à des limites qui doivent être prises en compte pour assurer la validité des résultats. Tout d'abord, pour ce qui est de la cadence des changements de vie liée à l'âge du jeune adulte, Gauthier (2000) établit qu'elle diminue dans la vie au-delà de 24 ans, puisqu'elle s'oriente graduellement vers les préoccupations de la vie adulte (la parentalité, l'achat d'une maison). Il semblait donc préférable de rencontrer les jeunes adultes avant leur trentaine, ce qui fut le cas pour six de nos participants. Ensuite, en ce qui concerne les limites des données rétrospectives, il peut y avoir des fluctuations dans ce type de données selon l'âge du jeune lorsqu'il est rencontré. À titre d'exemple, nous pouvons citer la recherche de Tatar (1998, cité dans Cotterell, 2013), qui révèle que les adolescents de leur échantillon attribuent beaucoup d'importance à leurs pairs, alors que les adultes rencontrés distribuent cette importance perçue entre les pairs et des adultes significatifs (Tatar, 1998 ; cité dans Cotterell, 2013). Nous sommes donc restés sensibles à cette limite lorsque nous rencontrions les jeunes adultes, tentant ainsi d'encourager la réminiscence d'autant de personnes significatives centrales et

périphériques que possible, en prenant soin d'inciter nos participants à explorer des relations issues de tous les groupes d'âge et de tous les milieux possibles. Pour conclure sur le critère de l'âge des participants, mentionnons que nous aurions aimé diversifier l'échantillon et rencontrer quelques participants plus jeunes, peut-être aussi jeunes que 18 ans, mais les difficultés de recrutement ne l'ont pas permis.

Les trois autres critères de sélection sont particuliers à l'objet de cette recherche, soit explorer les relations médiatrices de résilience en contexte de violence psychologique intrafamiliale selon des jeunes adultes. Ces trois critères sont donc les suivants : avoir grandi dans un contexte familial où il y avait de la violence psychologique intrafamiliale (il pouvait y avoir d'autres formes de violence présentes), résider hors du milieu familial et identifier avoir eu des relations mutuelles qui les aidait durant leur jeunesse. Pour ce qui est du contexte de violence psychologique intrafamiliale, nous cherchions à ce que ces situations soient définies comme telles par les définitions des participants, et ils définissaient des situations ayant été signalées à la DPJ en s'appuyant de définitions personnelles de cette violence plutôt que de discours légaux sur celle-ci. Nous les avons donc inclus dans cet échantillon. Par ces critères, nous tentions de nous assurer que la violence psychologique intrafamiliale soit dans leur passé, qu'ils n'en vivent plus au moment de l'entretien, ce qui leur permettait d'avoir eu le temps requis pour faire du sens de leur vécu et d'éprouver un certain détachement quant à celui-ci (indiquant un vécu qui n'est plus souffrant à communiquer). Lors de la recherche, nous avons réalisé que le vécu de violence psychologique intrafamiliale ne prend pas toujours fin à l'âge adulte, même en ne vivant plus dans le milieu familial, mais nous avons veillé à ce que les jeunes adultes de cette recherche aient bel et bien pu se distancer de ce vécu et en parlent avec détachement. Finalement, les participants de cette recherche devaient identifier des relations mutuelles ayant eu lieu durant leur jeunesse : ils devaient sentir qu'ils comptaient pour ces personnes significatives qui étaient importantes à leurs yeux. Ces

personnes significatives devaient être considérées par le participant comme une source d'aide durant leur jeunesse. Ce dernier critère se rattache à la question de recherche derrière notre démarche.

3.3 Le recrutement des participants

Cette recherche prévoyait recruter six participants consentant à prendre part à cette recherche d'après les précautions éthiques que nous verrons au point 3.7. Nous voulions effectuer le recrutement en posant des affiches de recherche dans des centres de loisirs, des centres communautaires, des CÉGEPS et des universités montréalaises. Quatre cégeps et une université ont accepté que nous y affichions la présentation de cette recherche sur les babillards de leur établissement. Par contre, les affiches physiques situées dans des lieux d'enseignements ont suscité peu de réponses initialement ; c'est davantage en numérisant l'affiche pour l'afficher sur les babillards électroniques de ces institutions que nous avons pu obtenir des réponses. Nous avons ainsi reçu : six réponses par l'affichage sur les babillards électroniques de ces institutions, deux réponses par bouche-à-oreille, deux réponses par la méthode boule-de-neige et, éventuellement, trois réponses par les affiches sur les babillards physiques des institutions d'enseignement. Nous n'avons pu retenir que sept participants pour constituer l'échantillon de cette recherche pour respecter les critères d'inclusion, les considérations éthiques et les limites temporelles de cette démarche de recherche.

3.4 Les caractéristiques des participants de l'échantillon

L'échantillon de cette recherche est composé de sept participants. Ils sont âgés de 23

à 34 ans. La moyenne d'âge est de 27 ans. L'échantillon est composé de six femmes et d'un homme. Tous les participants ont complété au moins un baccalauréat. Ils mènent tous une carrière en relation d'aide en santé psychosociale, cognitive ou physique d'autrui. Six participants sont présentement en couple et aucun d'entre eux n'a d'enfant au moment de l'entretien (une participante était enceinte). Trois des participants s'identifient comme étant homosexuels. Quant au pays d'origine, six participants sont originaires du Québec et une participante est originaire d'Europe de l'Ouest. Finalement, trois des participants ont fait l'objet d'un signalement à la DPJ, deux ont eu un signalement retenu. Comme nous pouvons l'observer dans le tableau suivant, les participants ont tous grandi dans un contexte de violence psychologique intrafamiliale, bien que d'autres formes de violence aient été présentes pour plusieurs d'entre eux.

Tableau 3. 1 : Durée du vécu de violence intrafamiliale (en années)

	Violence psychologique	Punition corporelle	Violence physique	Négligence	Violence sexuelle
Adam	10	-	-	-	-
Samantha	16 et +	15	-	-	-
Helena	19	-	-	-	-
Stella	10	-	-	10	-
Alice	12	4	8	-	1
Éloïse	17 et +	-	-	4	-
Sophia	14-15	X (n. d)	-	-	-

Nous pouvons donc constater que tous les participants de cette recherche ont grandi en contexte de violence psychologique intrafamiliale. La présence de cette forme de violence dans le milieu familial constitue déjà une situation d'adversité qui peut entacher le développement du jeune à elle seule. Cependant, pour les participants de cette recherche, nous savons aussi que c'est un vécu qui est d'une durée prolongée,

d'une intensité qui varie au fil des ans et qui existe, pour la majorité, en concomitance avec d'autres formes de violence intrafamiliale. Ce tableau confirme et contextualise ainsi le contexte d'adversité ciblé pour explorer les relations médiatrices de résilience dans cette recherche, soit la violence psychologique intrafamiliale, alors qu'on expliquait plus tôt dans le cadre conceptuel que la résilience se construit dans un contexte d'adversité ou en réponse à celui-ci. Nous verrons au chapitre 4, au tableau 4.2, que l'adversité que représente la violence psychologique intrafamiliale est également accompagnée de difficultés dans le milieu familial.

3.5 Méthode et instruments de collecte de données

Pour obtenir le récit des expériences de résilience, chaque participant a pris part à une entrevue qualitative semi-dirigée conduite avec un guide d'entretien contenant majoritairement des questions ouvertes. Pour saisir le détail des propos des participants, nous avons enregistré les entretiens (après avoir obtenu leur consentement) et nous leur avons demandé de situer les personnes significatives de leur jeunesse par période de scolarité sur une ligne chronologique. Pour cerner le contexte du participant durant sa jeunesse, nous avons complété la collecte de données par un bref questionnaire sociodémographique. Nous verrons donc ici le déroulement de la collecte de données et le guide d'entretien.

Quatre participants de cette recherche ont répondu à une affiche de recrutement en répondant par courriel, tandis que trois autres ont été approchés par le bouche-à-oreille et par la méthode boule-de-neige. Quoiqu'il en soit, tous les participants de cette recherche ont fait l'objet d'une rencontre téléphonique avant l'entretien. Cette rencontre téléphonique nous permettait de présenter la recherche, d'en relater les risques et les avantages, de nous assurer que la personne était consentante à prendre

part à la recherche et qu'elle était informée qu'elle pouvait se désister de celle-ci à tout moment sans devoir en expliquer la raison. Nous voulions également nous assurer que la personne soit à l'aise de parler de son vécu de violence, qu'elle ne ressentirait pas de souffrance lorsqu'elle aborderait les sujets qui étaient contenus dans l'entretien. Les entretiens devaient s'étendre jusqu'à 90 minutes, mais ils ont duré de 84 à 194 minutes grâce à la richesse de contenu que les participants y apportaient. Ils avaient lieu dans un endroit choisi par les participants : cinq ont eu lieu à l'UQAM vu sa centralité à Montréal et deux autres ont eu lieu à un endroit privé choisi par le participant. Les participants apportaient généralement des réponses bien contextualisées, dans un va-et-vient de souvenirs interconnectés à travers les années et il arrivait souvent qu'ils aient amené d'eux-mêmes des réponses à des questions d'autres sections du guide d'entretien. Ils étaient tous confiants, de bonne humeur et avec un bon sens de l'humour, très articulés par rapport à leur histoire et vifs d'esprit pour établir des liens entre des événements et des significations qu'on peut rattacher à ceux-ci.

Le guide d'entretien était articulé autour de quatre thèmes. Le premier thème concernait l'identification des personnes significatives durant leur jeunesse. Pour ce faire, nous avons utilisé une ligne chronologique et pris des notes pour revenir sur les personnes significatives. La ligne chronologique aidait à cibler des personnes significatives qui auraient pu être omises autrement, s'il n'était de leur association à souvenirs précis de leur jeunesse rappelés en la découpant par période. Nous avons éventuellement cherché à rencontrer les personnes significatives dans leur vie, en allant jusqu'au moment de l'entretien, puisque les participants nous disaient qu'ils ajoutaient du sens et un certain éclairage sur leurs expériences passées, et ils avaient raison. Le second thème tenait des contributions de ces personnes significatives : les questions ont amené des réponses riches et détaillées lorsqu'elles étaient encore plus ouvertes (à la question 4, nous avons cessé de donner des exemples de contextes au

fil des entretiens et c'est à ce moment que les participants ont révélé davantage d'événements-clés de leur jeunesse). Après ce constat, on a maintenu des questions toujours plus ouvertes. Pour le troisième thème, nous avons exploré tout ce qui entoure le vécu de violence psychologique intrafamiliale, en allant de la violence à l'apaisement, jusqu'aux relations aidantes. Finalement, le quatrième thème concernait le sens qu'ils ont donné à leur vécu ainsi qu'à leur résilience.

3.6 L'analyse des données

Pour cette recherche, nous avons opté pour une analyse thématique des verbatims d'entretien. L'analyse thématique était de mise puisqu'elle est la technique idéale pour faire ressortir les thèmes dans les propos (Franzosi, 2004). Elle permet également de révéler les modèles dans les relations sociales étudiées (Franzosi, 2004, p.562). La démarche d'analyse incluait une analyse verticale et une analyse transversale. L'analyse verticale de chaque entretien permettait d'en faire ressortir les thèmes spécifiques, ce qui a de l'emphase dans le propos du participant (par répétition de termes, choix de mots, etc.), ce qui est important pour lui (Paillé, 2007 ; dans Dorvil, 2007, p.414). Nous avons conclu le processus d'analyse par une analyse transversale, où nous avons fait ressortir ce qui prend de l'importance dans la mise en commun des propos et des thèmes de l'ensemble lorsqu'ils racontent leurs diverses expériences.

3.7 Les considérations éthiques

Notre recherche a été construite dans le respect des recommandations de l'EPTC-2, de l'Énoncé de politique des trois conseils : éthique de la recherche avec des êtres

humains. Elle a été approuvée par le comité éthique de l'UQAM qui s'occupe des recherches avec des êtres humains, le CERPÉ 4, et nous avons reçu un certificat éthique le 10 décembre 2015, qui a été renouvelé à chaque année. Notre recherche est donc conforme aux standards éthiques qui s'appliquent lors des recherches auprès d'êtres humains.

Nous avons vu dans ce chapitre qu'il était important pour nous d'informer les participants à l'avance de ce qu'impliquait leur participation à cette recherche (par la première rencontre téléphonique), de les informer des risques et des bénéfices associés à celle-ci (le risque lié à la remémoration potentiellement douloureuse et le bénéfice de nouvelles connaissances en recherche) et de s'assurer que nous ne leur causions aucune souffrance, afin qu'ils soient pleinement disposés à prendre part à l'entretien. Nous leur avons également mentionné, au moment de la signature du formulaire de consentement, qu'ils pouvaient se désister à tout moment sans devoir l'expliquer ou refuser de répondre à des questions. Ils savaient aussi que nous mettrions immédiatement fin à l'entretien si celui-ci semblait leur causer de la souffrance et nous avons en notre possession une liste de ressources advenant un tel scénario. Heureusement, il n'y a pas eu de telle situation. Ensuite, nous leur avons fait part des démarches mises en branle pour assurer leur anonymat et leur confidentialité. Sur le plan de l'anonymat, tous les participants sont identifiés par des pseudonymes dès le départ et tous les aspects de leur propos qui auraient pu être trop spécifiques à leur identité (leur pays d'origine, leurs emplois et leur carrière, les détails d'événements violents ou de la maladie mentale d'un parent) ont été masqués ou omis pour protéger son identité. Pour ce qui est de la confidentialité, les verbatims d'entretiens ne pouvaient être consultés que par l'étudiante et ses directrices de mémoire et tous les noms y étaient remplacés par des pseudonymes. Pour ce qui est des données numériques et physiques, les données numériques sont cryptées, les données physiques sont dans un classeur verrouillé et l'intégralité des données sera détruite cinq ans après l'entretien.

CHAPITRE IV

PRÉSENTATION DES RÉSULTATS

Ce chapitre vise à présenter les résultats de cette recherche, issus des sept entretiens conduits auprès de jeunes adultes ayant grandi en contexte de violence psychologique intrafamiliale. Les sections de ce chapitre reprennent les quatre grands thèmes du guide d'entretien : 1) les personnes significatives dans la vie du jeune, 2) les contributions de celles-ci à l'identité du jeune, 3) le contexte de violence psychologique intrafamiliale et l'apaisement face à celui-ci et 4) le sens que les jeunes adultes prêtent à leur vécu et à leur résilience. Nous employons ici le terme « jeune » lorsque nous rapportons les propos de jeunes adultes portant sur leur jeunesse (entre 0 et 18 ans), ce qui est exploré dans les trois premières sections du chapitre. Nous utilisons le terme « jeune adulte » lorsque nous nous référons au présent.

4.1 Les personnes significatives dans la vie du jeune

Dans cette section, nous résumons l'histoire de chacun des jeunes adultes pour en faire ressortir la réalité familiale qu'ils vivaient. Cette réalité affectait leurs opportunités relationnelles ainsi que les personnes significatives qui pouvaient être présentes dans ce contexte. Nous y dressons le portrait de chaque participant en allant puiser à même les entretiens et les questionnaires sociodémographiques. Dans cette section, nous explorons le contexte familial qui affectait les opportunités

relationnelles, les jeunes adultes présentant ainsi les personnes significatives en les rattachant au contexte familial dans les entretiens. Finalement, nous énumérons les personnes significatives centrales dans leur jeunesse (celles abordées dans les entretiens en excluant les nombreuses personnes significatives qui ne sont que mentionnées dans la ligne chronologique).

4.1.1 Adam : trouver son identité dans un contexte de changements constants

Adam est né au début des années 1980 d'un couple uni. Adam est le benjamin de sa fratrie, son frère aîné a quelques années de plus que lui et son cadet le suit de près dans l'ordre des naissances. Jusqu'à ce qu'il ait sept ans, il vivait avec ses deux parents, le revenu de la famille se situant alors dans la classe moyenne. Lorsqu'il a eu sept ans, ses parents se sont séparés. Sa mère a obtenu la garde principale des trois enfants et chacun des parents a refait sa vie après la séparation. Le père d'Adam a pu élever sa condition socio-économique par l'entrepreneuriat et il s'est trouvé une nouvelle conjointe. De leur côté, Adam et ses frères vivaient avec leur mère et, jusqu'à ses 13 ans, ils déménageaient souvent pour tenter d'améliorer leur situation financière difficile. Il a donc fréquenté de nombreuses écoles et divers voisinages, incluant un séjour dans une autre province. Lorsqu'Adam a eu 10 ans, ses parents ont fait le choix d'envoyer son frère aîné demeurer avec leur père et sa conjointe pour apaiser la situation familiale. Adam est alors devenu non seulement le frère aîné, mais l'homme de la maison. Malgré ses efforts, la mère d'Adam n'a pas pu améliorer sa condition socio-économique et la famille est restée sous le seuil de la classe moyenne durant la jeunesse d'Adam. Pour Adam, les personnes significatives qui ont marqué sa jeunesse sont son frère cadet (ils étaient assez proches pour partager des amis), un groupe d'amis à sa préadolescence, tous ses enseignants (mais particulièrement Sr Thérèse au primaire), la conjointe de son père et une amie d'adolescence qu'il voyait

quotidiennement.

4.1.2 Samantha : se dépasser en dépit d'un contexte contraignant

Samantha est née au milieu des années 1980 d'un couple de parents unis qui ont élu domicile hors de Montréal et y sont restés jusqu'au départ de Samantha, lorsqu'elle a eu 16 ans. La famille se situe dans la classe moyenne et compte trois enfants. Samantha a une sœur aînée qui a quelques années de plus qu'elle ainsi qu'un frère cadet. Sa sœur aînée était sa confidente et une source de support. Celle-ci et son frère étaient appréciés de leurs parents, l'une par sa douance académique et l'autre en tant que seul fils de la famille, alors que Samantha a grandi avec un TDAH diagnostiqué à l'âge adulte et un sentiment de ne pas satisfaire les attentes de ses parents. Le milieu familial étant marqué par un père autoritaire ; elle a donc développé un trouble de comportement qui a eu des répercussions sur son expérience scolaire et sur ses relations. Elle a effectué tout son primaire dans une même école, mais elle y a été renvoyée à la fin de sa scolarité en raison de son trouble de comportement (réaction à l'autorité). Elle a ensuite complété son secondaire en passant par deux écoles. Une des deux écoles lui a proposé un programme spécial prévu pour les jeunes à risque de décrocher. Sur le plan familial, sa mère était au foyer lorsque Samantha était enfant. Dans son milieu familial, toute la famille devait se mobiliser pour accomplir les tâches dans la maison, mais sa mère ayant un trouble obsessionnel compulsif (TOC), le ménage quotidien pouvait être exigeant. Pour Samantha, les personnes significatives avant son adolescence sont ses amis de quartier et ses amis d'un cours d'activité artistique. Elle nomme ensuite trois amis au secondaire, dont un qui devint un amoureux, ainsi que sa sœur, un enseignant du secondaire et ses enseignants au cégep.

4.1.3 Helena : grandir ensemble au sein d'amitiés tissées serrées

Helena est née dans les années 1990 d'un couple parental uni qui a vécu de multiples déménagements et qui a connu la précarité financière. Helena est la seule fille du couple et est précédée d'un frère aîné dans l'ordre des naissances. Elle décrit son frère aîné comme un homme d'une intelligence remarquable et une source de soutien tout au long de sa vie. L'emploi de sa mère était la seule source de revenu du ménage. Son père restait au foyer puisqu'il souffrait d'un problème de santé mentale ainsi que de toxicomanie. La dynamique parentale est décrite comme une situation de violence conjugale. Le ménage rencontrait une précarité financière marquée en raison de la consommation du père. La famille étendue a donc souvent dû suppléer le revenu familial. La famille étendue consiste en la famille de sa mère, où seuls les grands-parents ont maintenu contact avec sa famille, tandis que ses grands-parents paternels, originaires d'Europe, ont toujours soutenu financièrement leur fils et sa famille par loyauté familiale. S'il y avait de multiples déménagements, la famille a pu rester dans un même quartier durant l'enfance d'Helena et elle s'est établie dans un autre quartier lors de son adolescence. Helena est allée dans les écoles affiliées à son quartier, mais elle a fréquenté une école alternative au secondaire. C'est une expérience qu'elle a appréciée puisque le statut socio-économique ne faisait pas obstacle à l'intégration de groupes de jeunes. Les personnes significatives de sa jeunesse sont son frère, des amis d'enfance et leurs familles, quelques enseignants, un amoureux dès le début de l'adolescence et sa famille, un groupe d'amies fidèles dès le secondaire et deux amitiés profondes à l'âge adulte.

4.1.4 Stella : créer son chemin hors des prévisions

Stella est née dans les années 1990 en Europe de l'Ouest. Elle a donc grandi en Europe, hormis une année où elle est venue vivre avec son père au Québec. En Europe, elle était entourée de sa famille étendue, jusqu'à ce que sa mère entre dans une union empreinte de violence conjugale. Elle a un frère cadet issu de cette union. Le couple a vécu dans un quartier qu'elle décrit comme étant un « ghetto », rencontrant une certaine précarité financière alors que sa famille occupait des petits emplois. Stella explique que durant les années 1990 et 2000, le contexte culturel de son pays banalise la violence jusqu'à un certain point. Certains officiers publics auraient relégué la violence conjugale à la vie privée, les deux conjoints devant ainsi résoudre leurs problèmes entre eux. La question des rapports hommes-femmes et de la distribution des tâches domestiques restait peu abordée dans les ménages. Dans son quartier, le recours aux services sociaux était effectué avec appréhension, par crainte de l'approche punitive de ce système. Dans ce contexte, il fut difficile d'adresser la violence conjugale vécue au foyer sur le plan formel, d'autant plus que le support informel des proches n'était pas constant. La violence se vivait également à l'école puisque les enseignants avaient le droit d'employer la punition corporelle et la violence verbale dans leur classe. Stella a eu un parcours qui offrait une stabilité domiciliaire, et donc scolaire, mais il était difficile de s'intégrer dans ce milieu, car les élèves socialisaient en tenant compte du niveau socio-économique de leurs familles. Les personnes significatives importantes durant la jeunesse de Stella sont sa grand-mère, les amis du voisinage et une famille d'amis près de chez elle pendant quelques années, quelques enseignants à partir du primaire, des intervenants dès le secondaire ainsi que l'ami de son père et, finalement, quelques amitiés fortes à partir du secondaire.

4.1.5 Éloïse : entre responsabilités et autodétermination

Éloïse est née dans les années 1980 d'un père et d'une mère qui se sont séparés durant son enfance. Elle voyait son père un week-end sur deux. Chacun de ses parents a eu un problème d'alcoolisme : son père en souffrait durant son enfance et sa mère a développé ce problème durant sa préadolescence. Jusqu'à sa préadolescence, elle était la seule enfant de sa mère, qui devait composer avec un trouble de la personnalité limite. Lors de sa préadolescence, sa mère a eu une brève relation avec un homme qui les a abandonnés avant la naissance de son frère. C'est à ce moment que sa mère a développé un trouble d'alcoolisme et n'a plus été en mesure de s'occuper de ses enfants. Éloïse s'est occupée du bébé lorsqu'elle n'était pas à l'école. Le revenu familial était faible et les déménagements étaient fréquents à travers différents quartiers. Durant son enfance, elle avait pu compter sur la présence de sa grand-mère en temps de difficulté, elle vivait près d'elle et elle passait beaucoup de son temps chez celle-ci. Malheureusement, cette personne significative était déjà décédée lorsque cette situation difficile est survenue. Elle avait une tante maternelle qui l'aidait, mais seulement occasionnellement. Dans ce contexte, il y a eu un signalement effectué à la DPJ durant son adolescence, le signalement ayant été retenu pour motif de négligence. Des intervenants de la DPJ ont réalisé un suivi pendant quelques années, après quoi le dossier a été fermé. Comme la situation ne s'était pas améliorée, Éloïse a fait des démarches pour aller vivre chez son père. Durant sa jeunesse, elle a fréquenté différentes écoles dans différents quartiers, mais elle a particulièrement apprécié son école secondaire qui était semi-privée et exigeait le port d'uniformes. Après son départ de chez sa mère, d'autres signalements à la DPJ ont suivi pour son frère. Alors qu'elle était majeure, son frère a été placé jusqu'à majorité. Les personnes significatives durant sa jeunesse sont sa grand-mère, des enseignants (dont deux en particulier), des intervenants, dès l'adolescence, et un grand groupe d'amies d'adolescence unies par leur affection pour un intérêt commun, une amitié de

longue distance et une relation amoureuse.

4.1.6 Alice : l'espoir en vue pour se construire malgré les difficultés

Alice est née dans les années 1990 dans une famille de la classe moyenne. Elle est l'aînée de trois filles issues de ce couple : elle-même, Mariane et Julie. Ses parents se sont séparés au milieu de son enfance et les trois filles sont restées avec leur mère, tandis que les visites auprès de son père avaient lieu un week-end sur deux. Le niveau socio-économique de la famille s'est amélioré après cette séparation alors que sa mère s'est construit une carrière. C'est ainsi que la famille a vécu au-dessus de la classe moyenne à partir de là. Quelques membres de sa famille élargie étaient très présents dans sa vie, son oncle Jérôme et sa grand-mère. Sur le plan scolaire, elle fréquentait les écoles affiliées à son quartier jusqu'à son placement volontaire par la DPJ durant son adolescence. Alice a connu quatre beaux-pères durant sa jeunesse : Jacques, Gérard, Marc et Nicholas. Jacques et Nicholas ont été des figures paternelles pour elle. Par contre, avant d'avoir Nicholas pour beau-père, elle a dû vivre avec Marc durant quelques années. Il était un homme violent qui rendait sa mère violente, ce qui a contraint sa sœur Mariane à quitter le foyer pour aller vivre avec son père à l'âge de 10 ans. Durant son adolescence, la situation familiale violente lui causait beaucoup de détresse, au point qu'elle a fait une tentative de suicide. Un signalement a donc été fait à la DPJ et il a été retenu rapidement pour les motifs suivants : mauvais traitements physiques, comportements suicidaires et abus psychologiques. Elle a vécu trois placements avant d'obtenir son émancipation. Pour Alice, les personnes significatives de sa jeunesse sont ses sœurs, sa grand-mère qui la gardait souvent, deux beaux-pères considérés comme des pères et un beau-père négatif, un oncle, un ami de sa famille, différents amis de jeunesse avec qui elle faisait des activités et des projets, une intervenante communautaire, des intervenants de la DPJ

et quelques amours.

4.1.7 Sophia : se défaire du négatif et se construire à travers les succès

Sophia est née dans les années 1990 d'un couple parental uni. Ses parents étaient à peine adultes lorsqu'ils l'ont eue et leur jeune parentalité n'a pas été bien accueillie dans la famille élargie. Ses deux parents étaient peu éduqués et ils n'ont pas poursuivi leurs études, son père n'ayant pas complété son secondaire. Elle était près de ses grands-parents maternels, chez qui elle allait régulièrement et de quelques oncles et tantes. Elle décrit une dynamique parentale empreinte de violence conjugale, ayant grandi avec un père qui est aux prises avec un trouble de santé mentale. Le couple vivait dans la classe moyenne, mais se situait dans les revenus bas pour cette classe socio-économique. Elle a vécu des déménagements fréquents à travers divers quartiers et ses parents ont eu son frère au début de sa préadolescence, dont elle s'est occupée fréquemment. Sophia appréciait ses grands-parents chez qui elle allait souvent et elle a eu des oncles et tantes impliqués à divers moments de sa jeunesse. Elle a particulièrement apprécié le milieu scolaire, démontrant une curiosité intellectuelle très jeune. Son TDAH diagnostiqué tardivement nuisait à son organisation, elle a eu des difficultés scolaires, mais elle a fait l'expérience de réussites scolaires en dépit des embûches rencontrées. Ses parents se sont séparés durant son adolescence et son père a obtenu la garde de son frère à la fin de son adolescence alors que sa mère cherchait à sortir de la violence conjugale post-séparation. Pour Sophia, les personnes significatives de sa jeunesse sont quelques amitiés de jeunesse, un oncle et une tante, des grands-parents aimants, plusieurs enseignants de tous les niveaux, un amour potentiel non exploré et trois amis particulièrement présents depuis qu'elle n'est plus chez ses parents.

Nous avons pu voir sommairement l'histoire des sept jeunes adultes rencontrés pour cette recherche. En résumé, il y avait peu de personnes significatives présentes entre l'âge de zéro et six ans de nos jeunes. Les personnes présentes étaient surtout des membres de la famille, la fratrie et les grands-parents. Il y avait davantage de personnes significatives présentes entre l'âge de six et 12 ans des jeunes de l'étude. Il s'agissait des grands-parents, des amis, des familles d'amis et des enseignants. Entre l'âge de 12 et 16 ans, il y avait un plus grand nombre d'amis, des amoureux, des enseignants, des intervenants et peu de membres de la famille (voir l'annexe D qui dénombre les personnes significatives par période). De plus, nous pouvons regrouper leurs difficultés familiales pour comprendre leur réalité familiale qui affectait le contact avec des personnes significatives (par exemple, des déménagements fréquents, un milieu familial fermé sur lui-même par l'imprévisibilité de la toxicomanie ou de la violence conjugale). On a pu distinguer 10 catégories de difficultés familiales : 1) un niveau socio-économique faible, 2) un parent affecté par un trouble de la santé mentale, 3) la séparation des parents durant l'enfance, 4) des déménagements fréquents, 5) le décès des grands-parents significatifs durant l'adolescence, 6) la violence conjugale entre les parents, 7) être l'objet d'un signalement à la DPJ, 8) l'aîné doit s'absenter de l'école fréquemment pour garder un cadet, 9) la toxicomanie d'un parent (si elle est associée à un logement précaire, à de la précarité alimentaire ou à un logement négligé), ou 10) la présence de préjugés forts dans la famille. Le tableau suivant révèle à quelle fréquence ces difficultés étaient présentes dans le milieu familial :

Tableau 4.2 Les difficultés dans le contexte familial des jeunes

Contexte familial	Éloïse	Sam.	Adam	Alice	Stella	Helena	Sophia
Parents séparés durant l'enfance	X		X	X	X		
Niveau socio-économique faible	X		X		X	X	X
Aîné doit souvent manquer à l'école pour garder un cadet	X						X
Déménagements fréquents	X		X			X	X
Décès des grands-parents significatifs à l'adolescence	X	X		X			X
Santé mentale du parent	X	X	X			X	X
Violence conjugale				X	X	X	X
Toxicomanie du parent	X				X	X	
▲ Logement précaire (difficulté à payer les comptes)	X				X	X	
▲ Précarité alimentaire	X				X	X	
▲ Logement négligé	X						
Signalement à la DPJ	X			X	X		
Préjugés dans la famille (racisme, homophobie, pauvreté ou autre)		X					X

Tel qu'on l'annonçait alors qu'on présentait les participants dans le chapitre 3 (section 3.4) et après avoir maintenant dressé le portrait de leur milieu familial, on voit que l'adversité qu'est la violence psychologique intrafamiliale est accompagnée d'autres difficultés dans le milieu familial. Cette forme de violence a non seulement une durée et une intensité variable pour chaque jeune, mais elle peut aussi être issue de multiples figures parentales (d'un ou des deux parents, d'un beau-parent) ou accompagner des difficultés parentales (la violence conjugale, la toxicomanie ou des

problèmes de santé mentale). On peut avancer que dans les familles où il y a de la violence psychologique intrafamiliale pour les jeunes de cette recherche, pour la plupart, il y a un parent (souvent la mère) qui s'occupe principalement des soins et de l'éducation des enfants. Par ailleurs, les ressources matérielles et affectives disponibles pour le jeune dans la famille sont limitées. Il y a peu d'amis de la famille, lorsqu'il y en a, impliqués dans la famille, peu de temps parent-enfant de qualité en raison des difficultés des parents dont la recherche de revenus et les conditions matérielles sont précaires. Dans ces familles, les aînés doivent souvent voir au soin de leurs cadets et aider leurs parents. Pour plusieurs jeunes dont le parent parent a un problème de toxicomanie, la qualité du logement laisse à désirer en raison de la précarité financière qui peut aussi entraîner de la précarité au niveau de l'alimentation. Pour ce qui est des personnes significatives présentes durant la jeunesse de nos répondants, plusieurs ont un grand-parent qui s'implique (souvent la grand-mère), qui les aide ou qui tente d'aider leurs parents. Pour ces jeunes, ces grands-parents offrent un soutien inestimable, mais la plupart de ceux-ci décèdent durant leur adolescence des jeunes. En raison des difficultés des parents, par exemple la recherche de revenus meilleurs ou la toxicomanie, plusieurs jeunes vivent des déménagements fréquents ce qui force un renouveau constant de leurs amitiés, si bien que le milieu scolaire devient un lieu particulièrement important dans leur cheminement. D'ailleurs, trois jeunes de cette recherche ont fait l'objet d'un signalement durant leur jeunesse, toutes trois par un membre du personnel scolaire.

Nous voyons donc que les jeunes grandissent dans un contexte familial qui risque d'affecter leurs opportunités relationnelles, ce qui peut façonner leur réalité sociale et relationnelle.

4.2 Les contributions des personnes significatives quant au développement :

Cette section des entretiens visait à mieux saisir comment des personnes significatives ont contribué au développement, aux apprentissages, aux intérêts et aux valeurs que les jeunes ont développés. Cette section explore les contributions propres aux liens familiaux, aux personnes issues du milieu scolaire, aux liens affectifs auprès de pairs et auprès d'amoureux, ainsi qu'aux intervenants. Nous concluons cette partie en déterminant auprès de quelles personnes significatives les jeunes adultes ont pu trouver du soutien durant leur jeunesse.

4.2.1 Les liens familiaux

Si les jeunes ont pu se développer dans leur milieu familial, ils rapportent que les difficultés des parents ont coloré leur expérience. Dans le quotidien avec leur famille et leur fratrie, les jeunes ajustaient leurs comportements pour éviter de créer des demandes ou des tensions supplémentaires auprès de leurs parents. Si les termes employés pour décrire ce sentiment varient entre « vigilance » (Stella), « marcher sur des œufs » (Helena, Sophia), « stresser » (Adam) en allant jusqu'à la « peur » (Alice, Helena), les jeunes parlent d'un quotidien marqué par l'appréhension : « Mais, tout ce que je faisais dans mon quotidien, c'était en réponse à m'arranger pour pas qu'il (son père) soit fâché. » (Helena). Helena continue en disant:

[J]e m'arrangeais pour qu'il n'ait rien à me reprocher, mais tu sais, il trouvait quand même des choses à nous reprocher [...] c'était moins des grosses crises que quand il se chicanait avec ma mère ou quoi que ce soit, parce que j'avais comme tout fait « over-correct » avant. (Helena)

Les jeunes s'adaptent à leur environnement, ils s'efforcent tantôt de les aider et de les appuyer quand ils sont confrontés à leur détresse, ou tentent de se faire petits pour éviter d'attirer la leur colère. Lorsqu'ils s'arrêtent à observer les traits de leurs parents qui permettent à ceux-ci d'avancer malgré leurs problèmes, certains entrevoient les forces de leurs parents et les emploient pour se construire sur le plan identitaire. Qu'il s'agisse de développer des traits de caractère ou des capacités, trois jeunes adultes rapportent avoir développé des forces dans la relation avec leurs parents : « J'ai l'impression qu'avec mon père, à force de toujours argumenter avec lui, de débattre. Bien que j'aie développé cet aspect-là de défense des droits. » (Samantha)

Pour la plupart, les jeunes qui vivent la séparation de leurs parents durant leur jeunesse résident chez leur mère et leur père devient une figure parentale qu'ils voient occasionnellement, un parent qui fait peu de démarches pour entrer en relation avec eux tel qu'en témoigne Éloïse : « On s'entend, créer un lien avec ton enfant une fin de semaine sur deux, c'est pas... Je passais ma fin de semaine à regarder la télé [...] ». La plupart des répondants sont confrontés à la recomposition familiale. Pour deux jeunes, leurs beaux-parents les investissent, mais ce n'est pas toujours le cas. Deux autres jeunes adultes rapportent qu'un beau-père a été violent avec elles. Alice et Adam sont ceux qui ont eu des beaux-parents significatifs et positifs. Ces figures parentales représentent des personnes significatives et qui ont contribué au développement d'un intérêt ou de leur identité. Ils assumaient un rôle de figure parentale pour faire des activités avec eux comme en témoigne Adam: « Ouais, c'est sûr qu'elle était là dans un rôle de deuxième mère, qui apporte un peu la partie ludique et temps de qualité avec un enfant [...] ». Il continue en disant:

[J]e pense qu'elle a laissé des traces dans ma personnalité (rires mutuels)
[...] Si je pense à toutes les choses nouvelles que j'ai découvert, du raffinement, des nourritures un peu plus exotiques, des choses nouvelles, des choses qu'on peut faire en voyage, aller visiter, c'est elle. (Adam)

En dehors des figures parentales, tous les jeunes faisaient partie d'une fratrie de deux à trois enfants. Cinq jeunes sont l'aîné de leur fratrie ou sont devenus l'aîné de la famille après le départ d'un frère ou d'une sœur. Ces jeunes rapportent avoir eu du plaisir à jouer avec leur cadet et avoir réalisé des activités avec eux. Pour la plupart de ces jeunes cela consistait à prendre soin de leur cadet, ce qui incluait parfois de le garder comme le relate Sophia: « Je manquais beaucoup d'école pour le garder ». S'ils rapportent des inquiétudes d'avoir eu la responsabilité de s'occuper d'un cadet, ils rapportent aussi éprouver une certaine fierté. Alice parle de sa petite sœur :

Puis, c'est ça, je l'ai élevée comme ma petite fille, ça a été... Puis, c'est encore quelqu'un d'hyper important dans ma vie, puis au départ, elle avait à moitié (inaudible) de personnalité, mais c'était comme mon ombre. Tout ce que je disais, elle le disait, tout ce que je faisais, elle le faisait [...] Elle apprenait beaucoup par imitation. (Alice)

L'aîné de la fratrie est généralement apprécié de son cadet. Les cadets que nous avons rencontrés pour cette recherche décrivent ainsi un frère ou une sœur aînée comme un modèle. Helena parle de son grand frère qui a contribué à ses aspirations et à ses désirs:

Les deux. J'avais l'impression que mon frère, il m'appuierait là-dedans, mais qu'il était un modèle que lui, s'il voulait faire quelque chose... J'avais l'impression qu'il pouvait tellement le faire, parce qu'il était tellement bon et intelligent. [...] j'aspirais à ça pour moi aussi. (Helena)

Les difficultés des parents étaient connues de la famille élargie et celle-ci y réagissait par l'investissement affectif ou par l'évitement de la famille. Mentionnons d'abord que différents grands-parents ont tenté d'aider la famille de leurs petits-enfants. Pour deux répondants, il s'agissait de trouver des ressources pour adresser la violence conjugale.

Pour Helena, ses grands-parents tentaient plutôt d'aider financièrement lorsqu'il voyait la famille vivre de la précarité financière : « Puis, ils ont toujours aidé genre, financièrement mes parents. » Helena croit par contre que cette aide financière ne permettait pas d'adresser le problème de la toxicomanie de son père : « c'est une des problématiques, c'est que si mes grands-parents avaient coupé les vivres, probablement que ça aurait aidé. » Les membres de la famille élargie qui tendaient vers l'investissement des jeunes réussissaient à créer des liens significatifs avec une petite-fille ou une nièce, ils étaient particulièrement aimés de celles-ci et ils ont été élevés au rang de modèle par ces dernières. Il s'agit ici de grands-parents, mais surtout de grands-mères. Sophia et Samantha parle d'un grand-père qui était un modèle conjugal « parce qu'il y avait beaucoup de respect entre mes grands-parents et entre eux. Puis pas entre mes parents. » (Sophia). Sa grand-mère s'avérait un modèle de vie et un modèle professionnel :

Pis elle travaillait, pis elle était tellement bonne avec tout le monde elle travaillait dans un organisme communautaire de la ville. Depuis que je suis, je te dirais là secondaire là. Ouais, j'ai toujours vu ma mamie faire ça, puis, pour moi ça a vraiment été important. Puis je pense que ça m'a vraiment poussé à aller en (sa carrière). (Sophia)

La proximité affective entre le grand-parent impliqué et son petit-enfant peut être plus intime qu'avec ses propres enfants : « Même mes tantes me disaient : 'Waw, elle te confie des choses que nous elle nous a jamais dit dans toute notre vie.' On avait un lien particulier un peu. » (Stella) Il s'agit de cinq jeunes qui ont vécu des liens significatifs avec leurs grands-mères.

Ces relations peuvent leur permettre de se sentir valorisés et de rester motivés sur le plan scolaire. Par omission ou en raison de dynamiques relationnelles négatives orientées vers la critique, les parents de cette recherche stimulent peu la performance

scolaire : « Je n'ai même pas de souvenir qu'elle s'intéressait comment ça se passait à l'école, pis elle avait pas de feedback [...] faque "pas de nouvelle, bonne nouvelle" » (Adam). Pour ceux qui entretiennent un lien privilégié avec un grand-parent, il arrive que celui-ci compense pour cette réalité. Au sujet de ses grands-parents, Sophia déclare : «(Ils) me lisaient beaucoup, m'encourageaient. Je me rappelle du premier mot que j'ai lu toute seule parce que ma grand-mère l'a tellement souligné. Elle était comme : oh wow !» (Sophia)

Il serait réducteur de restreindre les dynamiques familiales auprès de la famille élargie par la dichotomie évitement/compensation, la situation qui laisse la famille élargie dépassée pouvant isoler le parent tout comme le parent peut activement écarter sa famille de sa vie. Pour deux des trois jeunes ayant un parent impliqué dans une relation de violence conjugale, les membres de la famille qui entretiennent un lien de filiation avec une victime de violence conjugale tendent à s'éloigner de celle-ci par désapprobation de l'union conjugale. Le parent peut aussi être opposé à l'implication de sa famille : « Même si ma mère les envoyait promener et n'était pas réceptive à l'aide. Je ne sais pas, je pense qu'il y a des trucs qui auraient pu être faits autrement pour éviter que mon frère et moi on vive ça pendant 10 ans.» (Stella). Elle continue : «Après ça, ils nous ont rejetés complètement parce que... Moi moins, parce que je suis enfant et ils font la part des choses. Ils m'invitaient chez eux, mais ma mère n'avait pas le droit de venir [...] Quand j'étais petite, bien je l'acceptais. Je ne me rendais pas compte.» (Stella)

Lorsque les jeunes adultes de cette recherche relatent leur expérience, nous pouvons constater que les difficultés des parents prenaient une place centrale dans la vie de famille en affectant les relations dans le système familial, particulièrement l'accès à différents membres de la famille.

4.2.2 Les personnes issues du milieu scolaire

En dehors du milieu familial, tous les jeunes rapportent qu'ils rencontraient d'autres difficultés. Il peut s'agir d'une difficulté à éprouver un sentiment d'appartenance auprès d'autres jeunes en raison de leur identité sexuelle ou de leur niveau socio-économique, ou de difficultés dans le milieu scolaire. Ils ont tous réussi à outrepasser ces difficultés et à se développer ; ils ont même réussi à se démarquer en milieu scolaire alors qu'ils y rencontraient initialement des difficultés. Aujourd'hui, ils possèdent tous au moins un diplôme universitaire et trois d'entre eux sont diplômés dans plusieurs domaines.

Dans le contexte, il semble pertinent d'aborder les difficultés qu'ils ont rencontrées en milieu scolaire, elles permettent ensuite de bien comprendre comment des enseignants et des membres du personnel scolaire leur ont permis de dépasser ces difficultés et de se développer. On répertorie deux grandes catégories de difficultés scolaires, soit les difficultés académiques et les difficultés au sein du milieu scolaire. Hormis un jeune qui ne vivait pas cette forme de difficulté, chaque jeune a connu jusqu'à six difficultés en milieu scolaire. Pourtant, lorsqu'un jeune vivait de nombreuses difficultés en milieu scolaire, il jugeait ce milieu comme étant très important dans sa vie. Pour ce qui est des difficultés académiques qu'ils ont rencontrées, il s'agit de difficultés avec une matière (surtout les mathématiques ou les langues), d'un absentéisme élevé, de l'échec d'une matière scolaire, d'être à risque de décrochage scolaire ou d'échouer une année scolaire. Ensuite, en ce qui a trait aux difficultés au sein du milieu scolaire, il s'agit d'intimidation, de se sentir différents de leurs pairs ou de vivre de la violence physique et verbale perpétrée par des enseignants. Comment des personnes significatives du milieu scolaire ont-elles contribué à leur développement et à leur réussite académique?

Les contributions rapportées dans le milieu scolaire passent par la sphère affective, soit par la valorisation et les encouragements d'enseignants, le reflet de leurs capacités, l'orientation professionnelle et l'intérêt du personnel scolaire à aider le jeune à surmonter les difficultés qu'il rencontre. Ils avaient tous besoin que quelqu'un croit en eux, d'avoir l'attention particulière d'un adulte significatif. Stella explique : « C'est des gens qui me valorisaient, qui me poussaient à m'améliorer. » (Stella). Elle continue : « C'est super valorisant pour un élève. Si tu lui donnes à penser qu'il est capable, il va devenir capable, il va te montrer qu'il est capable. [...] Donc, des fois c'est bien de mettre la barre un peu plus haute aussi. » (Stella)

Puis, c'est des gens qui m'ont instruit aussi même à titre scolaire, c'est des gens qui avaient leur matière, mais ils en sortaient aussi et ils donnaient plein d'exemples, ils faisaient des liens avec la vie quotidienne, ils, ils... C'est ces gens-là qui m'ont permis de m'intéresser à la vie politique aussi. (Stella)

Les enseignants pouvaient donc les stimuler et contribuer à leurs intérêts, mais ils pouvaient aussi les aider à développer des capacités par leur façon d'être :

Mais, j'étais tout le temps triste, les gens jouaient au soccer et puis moi je m'en foutais du soccer. J'étais tout le temps triste et dans mon coin, tu sais un moment donné il est venu me voir et il a pas fait « ah » (en sympathie). Il m'a dit « là regarde, fais quelque chose, arrête d'être dans cet état-là ». Sur le coup, je lui en voulais [...] ça a été plus tard, je suis devenue un petit peu comme ça, un moment donné de me dire, « regarde c'est correct, tu vis telle ou telle situation, mais la vie elle continue, faque go ». Pis, c'est ça, peut-être que c'est une des raisons pourquoi j'ai autant de détermination avec ce même *beat*. (Éloïse)

Outre le fait d'être un lieu de socialisation et de formation, le milieu scolaire oriente les jeunes vers des carrières et c'est parfois le personnel du milieu scolaire qui permet au jeune de découvrir la carrière qu'il désire. Deux jeunes établissent un lien entre

leur choix de carrière, leurs valeurs actuelles et un enseignant qui a fait figure de modèle ou de conseiller vers leur carrière. Samantha décrit comment un enseignant lui a inspiré sa carrière en relation d'aide en la lui suggérant :

Je lui ai dit : « mais pourquoi ? ». Et il m'avait dit : « T'es forte à l'oral, toutes tes bonnes notes sont dans les communications orales, dans les cours de morale, d'éthique, des choses comme ça, sur la réflexion sociale. Puis, il voyait qu'au contact des autres, j'avais toujours envie d'aider, puis tout ça. Il m'avait dit : « me semble que je te verrais faire ça ». Pis j'avais aucune idée ce que c'était. (Samantha)

Comme nous l'avons mentionné au début de cette section, les personnes significatives de ce milieu contribuent à leur réussite scolaire et à leur développement par des contributions au niveau affectif. Pour les jeunes, c'est lorsque des enseignants prennent le temps de les connaître et de leur faire des commentaires pour les aider que ces derniers deviennent significatifs. Adam, Éloïse et Sophia ont été investis rapidement par le milieu scolaire, ils déménageaient souvent ou ils éprouvaient des difficultés avec lesquelles les enseignants voulaient les aider. Sophia parle du sentiment qu'elle a ressenti après avoir reçu un commentaire personnalisé d'un enseignant :

Le fait que ça me rende tant de bonne humeur, je sais que c'est vraiment *deep* comme réflexion, mais c'est comme ça que je suis. Là c'est comme : « OK, bien j'ai jamais eu ça avant, voir que ça me rend de bonne humeur de même ! ». C'est *rushant*, c'est parce que je ne l'ai jamais eu avant. (Sophia)

Pour quatre jeunes, ces relations se sont d'ailleurs transformées en lien affectif qui incluait des correspondances et un partage de soi : « Mais euh, Ginette elle m'a aidé pour mon TDAH, c'est elle qui me l'a fait... qui me l'a souligné. Euh, elle est devenue mon amie après. » (Sophia) Toujours sur le plan affectif, le milieu scolaire

est un endroit où tous les jeunes ont pu développer quelques amitiés qui ont duré dans le temps. Ils pouvaient socialiser et parfois trouver des affinités par leur cheminement scolaire ou s'entraider dans leurs difficultés scolaires comme le mentionne Samantha :

Souvent, les jeunes qui avaient des troubles d'apprentissage, des choses comme ça, ils nous laissaient beaucoup interagir entre nous et on se connaissait vraiment beaucoup parce qu'on était toujours ensemble. C'était une belle gang. Les profs là-dedans avaient une certaine souplesse et une approche qui était vraiment différente et qui répondait vraiment plus à mes besoins, ce qui fait qu'effectivement je n'ai pas lâché l'école. (Samantha)

En dépit de difficultés initiales sur les plans scolaire ou académique pour la plupart des jeunes, tous ont pu se construire à travers la relation avec des enseignants ou avec des pairs. Ils rapportent des contributions sur les plans académique ou professionnels et sur le plan des valeurs.

4.2.3 Les liens affectifs auprès des pairs

Nous avons vu jusqu'ici que la jeunesse des participants a été émaillée de relations empreintes de difficultés et de relations auprès d'adultes significatifs qui les ont investis. Nous nous intéressons ici aux contributions des amis et des relations amoureuses puisqu'ils sont à même de vivre leur développement ensemble. Durant leur jeunesse, les amis leur permettaient de jouer, de faire l'expérience d'autres styles parentaux, de recevoir du soutien et de développer leur personnalité. Ce sont majoritairement les amitiés vécues durant l'adolescence qui permettent de faire l'expérience de soutien.

Les amitiés de jeunesse offraient un espace de jeu, un espace de développement social où ils pouvaient partager une activité. Les amis se rencontraient majoritairement à l'extérieur du milieu familial, soit parce que les parents ne désiraient pas que des amis soient invités dans le milieu familial ou parce que ce milieu était imprévisible en raison de la volatilité des émotions des parents. Il était très important pour les jeunes de se sentir appréciés, et pour ceux qui vivaient des difficultés en milieu scolaire et n'étaient pas encore investis par des adultes significatifs de ce milieu, il n'y a que les amitiés qui leur faisaient vivre cette expérience :

- Ben, de l'appartenance peut-être, pis t'sais un espace où tu oublies, j'étais dans le jeu, dans le plaisir. Pis, il y avait pas de comptes à rendre, de responsabilités ou d'exigences.
 - Parce qu'il y avait beaucoup de responsabilités et d'exigences chez toi ?
 - À la maison ouais et puis à l'école aussi. J'avais l'impression que j'étais pas à la hauteur [...] C'est pour ça, j'ai toujours été très sociable.
- (Samantha)

Pour certains, les amitiés développées durant l'enfance pouvaient leur permettre de faire l'expérience d'autres styles parentaux, de rencontrer des adultes significatifs en dehors de la famille et du milieu scolaire. Quatre jeunes soulignent qu'ils voyaient les familles de leurs amis ou de leurs voisins, qu'ils y observaient la différence. Pour sa part, Stella cherchait d'autres réalités familiales :

Et, je passais ma vie chez eux, quand je n'étais pas chez moi, j'étais chez eux. C'était comme une 2e famille, ils m'amenaient partout avec eux, je restais chez eux des fois jusqu'à 2 h du matin à jouer avec les 3 enfants. Puis, j'étais tout le temps chez eux. Ils m'amenaient des fois faire des longues sorties de famille, puis j'étais avec eux. (Stella)

C'est à l'adolescence que les amitiés permettent de combler des besoins affectifs plus complexes que le besoin de se sentir apprécié. Chaque jeune adulte a eu au moins

deux amis durant son adolescence. Ils leur offraient de l'écoute et ils étaient présents auprès d'eux. Helena a eu des amitiés qui contribuaient à sa personnalité : « Bien, c'est sûr qu'à l'adolescence, tu forges ta personnalité et tout. » (Helena) En outre, elle explique que ses amies y ont contribué : « Mais, j'ai beaucoup forgé mes opinions et mes valeurs avec les filles. Puis, on est toutes très différentes » (Helena). Elle conclut : « Bien, on est toutes politisées, donc on a toutes, on est toutes un peu de gauche, on est toutes un peu... Tu sais le social... On est toutes un peu écoresponsables. Mais tu sais, ça a tout été quelqu'un (du groupe qui l'a apporté) » (Helena).

Les amitiés d'adolescence permettent donc d'évoluer sur le plan identitaire, mais en les rencontrant lors d'activités, elles permettent aussi de développer des habiletés. Alice se rappelle d'un camp d'été : « On sortait dehors, on était dans la nature, on dormait dans un tipi, on faisait du canot, on faisait de... tout ce qui touchait des arts, on développait plein d'habiletés, j'avais plein d'amis. » (Alice) Elle continue avec le milieu scolaire : « Eux autres, ils m'ont vraiment aidée au niveau des capacités et l'aptitude à développer ça. Puis Delphine, ça a vraiment été au niveau de l'art, elle était comme : « bien non, t'es capable de peindre ». J'étais comme à chier, mais j'aimais ça le faire. » (Alice)

Les relations amicales associées à l'adolescence bénéficient d'une certaine stabilité, ce qui permettait aux jeunes de vivre de l'appartenance ou de se sentir acceptés. C'est un sentiment qui était particulièrement important lorsqu'un pan de leur réalité était sujet à être jugé négativement (la pauvreté, l'homosexualité ou une identité de genre non conforme). Éloïse l'explique en le rattachant à son apparence plus masculine : « Même si j'avais l'air un peu étrange physiquement, je faisais partie d'un groupe là. J'avais un sentiment d'appartenance, pis veut veut pas... Ça donne de la confiance. » (Éloïse) Elle parle de son rôle dans le groupe :

Mais, tu sais, c'est sûr que les amis d'école, bon il y a eu la phase de : « on met de l'alcool dans des gourdes ». Tu sais, même là, j'étais toujours en retrait. J'avais toujours l'impression d'être la mère qui leur faisait la morale et qui leur disait « ben là, tu sais ». Mais, ils m'acceptaient comme j'étais. (Éloïse)

Toujours sur le plan du développement identitaire, ces relations avec des amitiés d'adolescence leur ont permis de confronter leur identité aux normes, de se retrouver sur le plan de l'identité et des valeurs. Ils peuvent s'appuyer sur ces connaissances pour tisser de nouvelles relations plus fortes à l'âge adulte, des amitiés où ils peuvent avoir confiance et se révéler :

Me semble, que ta personnalité se cristallise là, vers 18 ans. Pis euh, Solange euh, je pense que dans une autre province avec cette amie-là j'ai vraiment appris à me connaître là [...] pour être centrée sur moi-même pas sur ma mère, mon frère, mon père, donc ça été un beau moment où que un : j'étais toute seule, j'ai appris à me connaître, j'ai arrêté de faire de l'asthme, avant je faisais de l'asthme tous les mois. J'ai arrêté de faire le l'asthme. (Sophia)

Pour les jeunes, les amitiés sont directement associées à leur développement affectif et identitaire, c'est un développement qui se fait ensemble vu leur âge rapproché. Qu'il s'agisse de moments où les jeunes forgent ou cristallisent leur personnalité, ou développent leur identité, les amitiés les aident à se connaître, à se sentir acceptés et supportés dans le quotidien.

4.2.3.1 Les relations amoureuses

Toujours dans la sphère affective, plusieurs jeunes rapportent avoir eu leurs premiers amours à l'adolescence. Pour ceux qui s'identifiaient comme étant homosexuels, la

plupart ont eu des amitiés où il y avait de l'attraction, mais sans adresser cette réalité auprès de l'ami qui était l'objet d'une affection particulière. Cette difficulté est abordée par tous les jeunes qui s'identifient comme étant homosexuels ainsi que par une jeune s'identifiant hétérosexuelle qui vivait une amitié fusionnelle où il y avait de l'attraction pour une amie. Toutefois, seule une jeune s'identifiant hétérosexuelle parle d'une attraction pour un ami qui n'a pas été explorée. Elle mentionne qu'elle aurait voulu explorer son affection pour un ami. Sophia explique qu'elle a réalisé trop tard qu'il y avait du potentiel pour davantage que de l'amitié avec Christopher, ce qui lui a fait réévaluer ses relations :

J'ai réalisé à quel point je ne peux pas attendre que ce soit toujours les autres. Que tu ne peux pas toujours garder des barrières là. Mais moi, c'est ça, j'étais vraiment avec des barrières au niveau des amitiés. Je pense que c'est pour ça que je ne peux pas te dire : « Ah, tu sais, j'ai tel ami, tel ami qui a persisté » parce que j'ai jamais laissé entrer vraiment des gens. (Sophia)

Tous en viennent à dépasser la difficulté à parler de leur affection et de leur inclinaison romantique envers quelqu'un. Les amoureux offraient un support qui permettait aux jeunes de se construire et d'avoir un appui pour un futur positif, sur le plan académique pour Samantha et sur le plan émotif pour Helena :

Puis lui, il m'a permis de développer plus mon côté intellectuel. Ma crainte de l'écriture aussi... Ce qui fait que j'avais de la difficulté à projeter un avenir scolaire, c'est que je faisais beaucoup de fautes de français et c'était extrêmement anxiogène pour moi de remettre un travail. Dominique, des fois, il corrigeait mes travaux, il me donnait un coup de main, ce qui fait que ça, ça a aidé à débloquer un peu cet aspect-là. (Samantha)

Ce ne sont pas tous les jeunes qui ont pu développer des relations amoureuses durant leur adolescence et celles-ci auraient eu une importance pour leur développement

social, en termes d'expériences de jeunesse. Stella mentionne qu'elle était gênée et qu'elle n'allait pas vers les garçons, mais qu'elle aurait voulu vivre l'amour de jeunesse : « Mais, quand j'étais ado, je voulais vivre des choses aussi. Donc, ça m'embêtait de pas les vivre. » (Stella) Vivre de l'amour est une expérience qui situe le jeune sur le plan social dans son développement, mais qui lui permet aussi de vivre un soutien non négligeable et de travailler la connaissance de soi.

4.2.4 La recherche de soutien et d'aide pour améliorer sa situation

Comme nous l'avons vu au point 4.2.1 et que nous le verrons davantage au point 4.3.1, les difficultés familiales empêchaient le jeune de pouvoir bénéficier de chaleur ou de soutien quotidiennement au sein de son milieu familial. Tous les jeunes avaient pourtant besoin de soutien par moment, que ce soit au niveau émotionnel ou physique. Ils s'adressaient alors à des pairs, à des personnes significatives ou à des professionnels. Hormis trois jeunes, les jeunes de cette recherche n'étaient pas portés à aller chercher de l'aide auprès des adultes.

J'étais vraiment pas une personne à aller vers les autres. Ce qui fait que de façon générale, toutes ces personnes-là, je n'ai pas vraiment été vers eux. Soit, qu'elles sont venues vers moi, ou que c'était juste le hasard de la vie qui a fait qu'elles étaient dans ma vie, comme la blonde de mon père.
(Adam)

Il contextualise : « Le reste du temps, j'étais un enfant qui était gêné » (Adam). Par contre, Adam explique que s'il avait été investi par un grand-parent, un adulte significatif un petit peu à l'extérieur de son milieu familial, il croit qu'il aurait pu s'ouvrir : « Tu sais, je n'avais pas genre un grand-père à qui je me confiais vraiment, ou même mon parrain et ma marraine » (Adam). Les jeunes qui étaient

particulièrement investis par des adultes significatifs du milieu familial, tels que des grands-parents, semblent avoir eu la capacité d'aller chercher de l'aide très jeune. C'est le cas pour Sophia, Alice, Stella et Éloïse.

La démarche visant à chercher de l'aide n'est pas toujours un succès. Les jeunes qui ont effectué des démarches disent qu'ils ont éprouvé de la gêne, mais mentionnent tout de même avoir tenté de chercher de l'aide auprès de travailleurs sociaux ou de psychologues scolaires durant leur jeunesse. Par contre, la réaction de la famille quant à cette demande ou la posture du professionnel ont pu empêcher qu'ils s'ouvrent. La démarche n'a pas été acceptée par la famille pour deux jeunes adultes de cette recherche : «Tu sais quoi, en secondaire 1, j'ai voulu aller voir la psychologue de l'école, mais j'étais obligée de faire signer le formulaire par mes parents, puis ils n'ont pas voulu le faire. Je ne l'ai pas fait.» (Sophia)

Pour Alice, la démarche d'aller voir une psychologue est partie de l'initiative d'une enseignante qui la voyait vivre de l'intimidation à l'école, mais la confidentialité y était incertaine, alors elle a gardé le silence pour éviter d'envenimer la situation chez elle: «La psychologue me disait : "si tu ne me parles pas, je vais le dire à ta mère". Moi, c'était comme, ouais c'était quand même assez.» (Alice)

Ainsi, même dans un cadre thérapeutique, les jeunes éprouvaient des difficultés à briser le silence sur leur vécu, ou même à aller chercher du soutien sur le plan affectif. Les jeunes adultes de cette recherche rapportent par contre quelques relations thérapeutiques bénéfiques, mais puisqu'elles ont été médiatrices de résilience, elles seront présentées plus tard dans ce chapitre (en 4.3.5).

4.2.5 Le développement d'intérêts auprès de personnes significatives

Nous résumons ici les intérêts et les activités qui étaient réalisées avec des personnes significatives puisqu'ils se rattachent au développement du jeune. Ces intérêts deviennent intégrés à l'identité de la personne et sont constants encore aujourd'hui. En tant que partie de leur identité, les intérêts et les activités présentées ici sont ceux qui sont déployés comme stratégies adaptatives pour réguler les émotions (section 4.3.3) par rapport au vécu de violence psychologique intrafamiliale.

Tableau 4.3 : Les intérêts durant la jeunesse et leur manifestation en tant qu'activité seule ou avec des personnes significatives

Intérêts/Activités	Éloïse	Samantha	Adam	Alice	Stella	Helena	Sophia
Lecture	X	X	X	X	X	-	X
Nature	-	-	X	X	-	X	-
Activités physiques	X	X	X	X	-	X	X
Les arts (ex. théâtre, musique)	X	X	X	X	X	X	-
L'étranger (cuisine, voyages)	-	X	X	X	-	X	-
Écrire	-	X	-	X	X	-	-
Santé/alimentation saine	X	X	-	X	-	X	-
Spiritualité	-	-	-	X	-	-	-
Projets/comités	-	X	-	X	-	X	X

Pour résumer, les personnes significatives présentes durant la jeunesse des participants contribuent à leur développement, particulièrement à leur développement de soi. Il semble donc que le temps de qualité, la disponibilité affective, la chaleur dans la relation et les activités centrées sur les intérêts du jeune sont des aspects des relations qui permettent aux jeunes de se construire. Lorsque ces éléments s'alignent, les jeunes adultes nomment avoir pu apprendre, se sentir valorisés ou importants pour une personne significative, se sentir en sécurité et se développer sur les plans affectif, scolaire, professionnel et identitaire.

4.3 La violence psychologique, l'apaisement et l'aide pour s'en sortir

Maintenant que nous avons présenté les données relatives aux personnes significatives et à leurs contributions dans la vie des jeunes adultes, nous aborderons ici la question de la violence psychologique intrafamiliale et en situerons les effets pour le jeune sur les plans individuel et relationnel. Ensuite, nous explorerons les expériences qui peuvent apporter de l'apaisement et les relations aidantes qui ont eu lieu avant la fin de l'histoire de violence intrafamiliale.

4.3.1 La violence psychologique intrafamiliale et les effets de celle-ci

Au-delà des comportements adoptés pour composer avec les difficultés des parents, c'est le vécu de violence qui semble avoir porté ombrage aux relations. C'est un vécu qui est gardé sous silence, révélé avec parcimonie ou en choisissant à qui celui-ci est révélé. Lors des entretiens, certains participants ont révélé qu'ils ont abordé en entretien des aspects de leur vécu qu'ils n'avaient jamais révélés auparavant. C'est dire

qu'il faut pouvoir se sentir en sécurité pour en parler et qu'il est difficile d'aborder les détails de ce vécu. Tous, alors qu'ils parlent de ce vécu en entrevue, montrent une certaine distance quant à ce vécu. Parfois, ils en parlent en riant alors qu'ils réussissent à situer la violence d'un parent dans ses difficultés personnelles plutôt que de l'avoir intériorisé. Or, l'intériorisation de ce vécu peut poser problème durant la jeunesse et les jeunes le dévoilent en parlant des effets de la violence et des obstacles à aborder ce vécu.

Si tous les jeunes de cette recherche rapportent avoir grandi dans un contexte de violence psychologique intrafamiliale, leur expérience de celle-ci diffère, d'abord en matière de concomitance avec d'autres formes de violence, mais également en ce qui concerne les formes spécifiques de violence qu'ils subissaient (voir tableau 3.1). Les formes de violence psychologique vécues durant leur jeunesse se découpent en six éléments : 1) les communications violentes, le dénigrement et les insultes, 2) les demandes excessives et sévères, les colères et la gestion des émotions, 3) les responsabilités excessives et la parentification, 4) la négligence et le manque de chaleur parentale, 5) le rejet du jeune et 6) la culpabilisation.

Un premier élément du vécu de violence psychologique s'avère les communications parentales violentes, qui sont vécues par quatre jeunes. Il s'agit d'une forme de violence psychologique qui semble particulièrement reconnue par les jeunes de cette recherche et ils la perçoivent comme étant grave. Alors qu'ils parlent de la forme de violence psychologique qu'ils vivaient, il arrive d'ailleurs que certains jeunes minimisent leur vécu en le mesurant à cette forme de violence « flagrante » (Éloïse). Éloïse parle de son vécu de négligence en expliquant : « c'est plus par en arrière, c'est plus ce genre de violence-là qu'une violence flagrante 't'es dont ben pas bon, t'es dont ben niaiseux' » (Éloïse). Si la gravité d'une telle violence fait l'unanimité, nous apprenons aussi que lorsque cette forme de violence était vécue, les communications

violentes faisaient l'objet d'une fréquence élevée. Ces communications violentes portaient ainsi atteinte à l'image de soi du jeune, ce qui pouvait générer des tensions internes orientées à modifier les conditions externes, de façon constructive ou négative. Stella décrit la violence de son beau-père : «Moi c'était juste verbal. C'était des insultes, c'était du dénigrement, c'était des insultes à caractère sexuel. Bien, c'était intense et c'était quotidien des fois. Puis c'était très cru, c'était très graphique comme insulte.» (Stella). Elle continue :

Ça me prend aussi une certaine rage pour persévérer. Puis eh... Donc, cette rage-là. Pour moi, elle est nécessaire. Des fois, ça se retourne contre soi. C'est comme une grosse énergie qu'on a et puis qui n'est pas facile à canaliser. Donc, oui ça se retourne contre soi, l'anorexie tout ça. (Stella)

Il y a une lutte contre cette image négative, il y a un besoin de se sentir bien dans sa peau. Deux des jeunes qui ont vécu cette forme de violence ont développé un trouble alimentaire en réaction à cette violence, tandis que deux ont également eu de la difficulté à reconnaître leur intelligence. Alice explique qu'elle subissait les critiques de son père quant à son apparence, les critiques de son beau-père quant à sa personne et que sa mère réagissait et lui faisait de la pression pour qu'elle change :

Elle me faisait sentir grosse, pas bien, laide, dégueulasse d'avoir mangé de même... Puis là elle me mettait au régime, puis là je pouvais à peine manger pendant plusieurs jours, puis là je devais lui montrer mes portions puis si et puis ça. Puis là, elle m'achetait des vêtements trop petits et elle me disait : «rentre ton ventre, le but c'est que tu rentres dans ces vêtements-là, que tu sois plus mince». Puis, c'était pour vrai... Mon image de moi elle a été complètement intense. Puis mon rapport à la bouffe aussi, adolescente pour me faire du bien, je mangeais, je mangeais, je mangeais. Je faisais des grosses crises de boulimie. (Alice)

Vivre de la violence psychologique durant son développement entraîne des idées noires pour tous les jeunes qui la vivent, mais ceux qui subissent cette forme de

violence parlent davantage de pensées suicidaires ou de tentatives de suicide. Alice explique : « Je suis devenue très suicidaire aussi. À quoi ça servait la vie pour vrai ? Ça servait à quoi ? Je n'en pouvais plus. » (Alice) Pour sa part, Sophia subissait les insultes de son père et elle explique que cela a changé son image de soi de façon négative : « Parce que ça a vraiment été long, j'ai vraiment pensé que j'étais stupide pour vrai. Je pense que j'ai arrêté de le penser vers 20 ans. » (Sophia) Cela jouait également sur sa confiance en soi et envers les autres, puisque les insultes de son père l'atteignaient : « Je fais aussi de l'anxiété sociale, euh en tout cas selon ma psy, je fais de l'anxiété sociale » (Sophia).

Si aucun jeune ne mentionne avoir vécu de traumatismes, il reste que les communications violentes sont associées à des symptômes qui s'apparentent aux traumatismes, entre autres la perturbation du sommeil. Sophia, comme Stella et Helena, explique d'ailleurs que les communications violentes étaient telles qu'elle a eu des perturbations du sommeil : « Jusqu'à l'année passée, je n'étais pas capable de dormir. [...] mais je suis encore en état d'alerte souvent là mettons mon chum se tourne, je me réveille. » (Sophia) Pour deux d'entre elles, ce trouble du sommeil est une situation qui a perduré jusqu'à l'âge adulte, mais Sophia croit que son origine part des menaces de son père :

Du plus loin que je me rappelle là, ça peut être 10 ans là. Tu sais. « Je vais appeler la DPJ, je vais te mettre dehors ! ». Mais, tu sais c'était pas comme : « je vais te tuer » clairement, tu sais, comme « heille, demain je vais te tuer ». Mais, c'était admettons dans une exaspération. « Christ que je suis écœuré, m'a la tuer ». Mais moi je ne suis pas capable, je n'étais pas capable de faire cette différence-là (Sophia).

Cinq jeunes décrivent avoir vécu un deuxième élément de la violence psychologique présente en milieu familial, soit des situations où un parent perdait le contrôle sur son humeur ou ses émotions. Ce parent avait alors des demandes excessives ou des

colères qui devenaient violentes et le jeune devait trouver une façon de se soustraire de l'attention négative ou chercher à se faire discret. Samantha parle d'un contexte familial autoritaire : « Quand ils (parents) parlent de mon adolescence, c'est plus comme si j'étais un "enfant teflon". Fallait être dur avec moi parce que ça paraissait pas, les effets paraissaient pas. » (Samantha) Elle développe une façade pour ne pas montrer sa vulnérabilité dans ce contexte : « [...] c'était plus défensif. » (Samantha)

De son côté, Helena devait composer avec les accès de colère de son père qui était toxicomane et qui avait un problème de santé mentale : « Pas violent physiquement, pas envers nous. Évidemment, physiquement envers les objets. Genre, je ne pourrais même pas te dire combien d'affaires il a brisées dans notre appartement. » (Helena)

C'est tout le milieu familial qui se met en branle pour éviter les crises, qui tente d'être accommodant pour les éviter et qui doit se mobiliser pour arrêter un accès de colère du parent ou nettoyer derrière lui. Cette situation place les jeunes dans un contexte émotionnel difficile, empreint d'appréhension et de non-dits pour éviter de susciter des colères. Pourtant, malgré leurs propres émotions difficiles, différents jeunes ont dû effectuer de la gestion de crise lorsqu'un parent a perdu le contrôle sur ses émotions. Il pouvait s'agir de violence conjugale où Stella devait appeler les policiers ou alerter les voisins pour empêcher un potentiel meurtre de sa mère ou réagir à une menace de suicide d'un parent.

Ma mère m'appelle, vu que c'est mon nom, ça m'interpelle, donc j'y vais. Puis il y avait genre mon père qui menaçait de se suicider [...] puis il disait qu'il allait faire une overdose et tout. Puis là, ma mère elle pleurait, puis là mon père insultait ma mère devant moi. Puis là, finalement il a fallu que j'appelle la police pour qu'ils viennent arrêter mon père, puis ma mère qui a pleuré pendant genre des heures. Finalement, mon père a été relâché quelques heures plus tard, puis là après il nous a plus parlé pendant 4 jours. (Helena)

Pour Helena, ce rôle s'ajoute à un troisième élément de la violence, vécu par tous les jeunes, soit les responsabilités du jeune ou la parentification. La plupart des jeunes de cette recherche étaient les confidents de leur parent, devaient le rassurer et le réconforter même si ce parent dont ils s'occupaient ne les rassurait pas ou ne les réconfortait pas. L'excès de responsabilités pouvait aller jusqu'à la médiation dans les conflits ou même du support financier pour maintenir l'ordre dans la maison. Ce support était volontaire ou non : « Avant que j'aie un compte de banque, je cachais mon argent [...] puis mon père la prenait la nuit pendant que je dormais, il trouvait tout le temps mon argent. » (Helena) Autrement :

C'est vrai qu'on n'avait rien à manger, c'est vrai qu'on n'avait pas d'électricité, c'est vrai qu'on allait se faire couper l'internet et tout. Faque, je finissais par payer, ou sinon mon père était en crise et il criait et tout, puis il envoyait ma mère me demander de l'argent, puis là ma mère arrivait les yeux pleins d'eau et elle me disait « est-ce que tu pourrais nous prêter 40 \$ stp, on va te le remettre ». (Helena)

Adam explique que les responsabilités sont difficiles à porter :

Moi, la violence psychologique, comment je l'entends, c'est avoir une mère qui dit à son petit garçon qui est assis en avant dans l'auto avec elle et qui parle pour elle, qui l'aide à décider où ce qu'on va [...] pis que quand il y a un problème qui se présente et quand la vie nous met des défis sur notre chemin et qu'elle nous dit « on serait bien mieux morts, hein ? On serait bien mieux dans l'au-delà, hein mes enfants. Pis que vous allez voir, votre mère elle va faire une dépression pis ce sera pas beau ». (Adam)

Un quatrième élément de la violence psychologique intrafamiliale décrite dans cette recherche tient du manque de chaleur dans la relation parent-enfant ou de la négligence, ce qui était vécu par six jeunes. Jusqu'ici, on voit que la violence psychologique laisse le jeune seul avec des émotions difficiles, le confronte à gérer

des colères ou à gérer les émotions d'un parent, mais le manque de réconfort est également difficile à porter. Adam parle des manques de chaleur en parlant du manque de valorisation : « Mais je pense que j'en ai manqué quand j'étais enfant, énormément. » (Adam) Au-delà de la négligence reconnue dans la situation d'Éloïse, elle parle de la violence psychologique qu'elle vivait et des difficultés de sa mère à la gérer sur le plan émotionnel : « Tantôt je te parlais de culpabilité et de responsabilité. C'était ce genre de violence-là. [...] mais d'un autre côté, je ne recevais pas tant d'encouragements que ça non plus. Ma mère était pas capable, elle avait de la misère à me gérer. » (Éloïse)

Un cinquième élément du vécu de violence psychologique intrafamiliale implique le rejet de l'enfant, il s'agit de mettre le jeune à la porte, une expérience qu'ont vécue trois jeunes qui mentionnent avoir dû errer dans leur quartier. C'est un beau-parent ou un parent violent qui met le jeune à la porte, mais si l'autre parent est présent, il n'intervient pas pour l'empêcher. C'est un manque de protection qui n'est pas abordé alors que les jeunes ont soin de ce parent (il s'agit souvent d'une victime de violence conjugale). Deux ont d'ailleurs fait de brèves fugues ultérieurement. Alice explique que son père qu'elle voyait occasionnellement ne souhaitait pas la recevoir :

Des fois, il (son père, durant ses visites un week-end sur deux) avait besoin d'un break, donc il nous sortait dehors, pas habillés à peu près pour l'hiver et il nous pitchait là. Puis il disait : « revenez juste au souper ». Puis là, il était le matin, ce qui fait qu'on partait, puis on marchait, puis on marchait. Puis, des fois on appelait ma mère et puis il ne fallait pas qu'il le sache. (Alice)

Finalement, le sixième élément de la violence psychologique abordé par les jeunes dans cette recherche-ci tient de la culpabilisation du jeune, ce que tous ont vécu. De façon directe ou indirecte, le parent envoie le message au jeune qu'il n'est pas à la hauteur ou qu'il est à blâmer pour les difficultés ou la souffrance dans la famille : «

Moi, j'ai été dépressive pendant très très longtemps. » (Stella) Stella explique ce qui se passait :

Je voyais ma mère se faire frapper, je voyais mon frère se faire frapper et je pense qu'il n'y a pas eu... Il n'y a rien de pire au monde que ça je pense, c'est la pire chose au monde. [...] Au lieu de frapper moi, parce que c'est moi qui l'a énervé, il frappe ma mère. Il se venge sur ma mère, donc on se sent encore plus coupable. Donc eh... Ouais, on a pas mal le goût de s'enlever la vie parce qu'on se dit que ce serait mieux pour tout le monde. (Stella)

Nous pouvons donc constater que la violence psychologique peut prendre différentes formes. C'est un vécu qui suscite de nombreuses émotions pénibles pour les jeunes, mais cette réalité se combine au fait qu'ils doivent s'occuper d'un parent fragile ou qui ne contrôle pas sa colère. Les parents n'expliquent pas leur violence au jeune et plusieurs d'entre eux ne semblent pas réaliser qu'ils sont violents, entre autres en parentifiant leur jeune. Ils ne s'excusent pas de cette violence, il n'y a qu'un seul jeune qui rapporte que son père violent s'excusait après des accès de colère liés à sa toxicomanie, mais les autres jeunes devaient tenter de s'expliquer par eux-mêmes pourquoi leur parent était violent avec eux ou en en parlant avec autrui.

4.3.1.1 Lorsque la DPJ intervient

Pour les jeunes qui étaient capables d'aller chercher de l'aide thérapeutique concernant ce vécu de violence, ils ont pu parler de leur vécu, et le regard de ce thérapeute sur leur vécu les a aidés à prendre conscience que leur situation était inacceptable et leur situation a été signalée à la DPJ. Ce fut le cas pour trois des jeunes adultes de cette recherche, mais seulement deux d'entre eux ont vu ce signalement être retenu. L'implication de la DPJ n'est pas toujours garante d'un

secours face à la situation familiale ; ainsi, cette dernière fut inconcluante pour deux jeunes. L'échec de cette démarche d'aide s'explique par des difficultés dans la tenue de dossiers pour les intervenants et avec le lien de confiance pour Stella et Éloïse. Alice, quant à elle, a pu recevoir de l'aide par cet organisme. Toutes trois ont été signalées par un membre du milieu scolaire au Québec, mais Stella a dû faire son signalement en Europe de l'Ouest pour aider sa mère à sortir de son vécu de violence conjugale, mais elle n'a pas été aidée par la protection de la jeunesse. Elle explique qu'il y a une différence de mentalité entre les deux pays, et qu'en « Europe de l'Ouest), c'est très "l'enfant" et encore, il n'y a pas la famille au complet comme ici. » (Stella) Elle explique sa démarche :

– Donc, j'ai appelé la DPJ là-bas. Ça a pris des mois avant qu'ils fassent quoi que ce soit. Puis, ils nous ont reproché d'avoir appelé parce qu'ils nous ont dit « ben, tu te fais pas frapper, il y a des cas plus graves que toi. » « Ma mère se fait frapper ». « Oui, mais c'est un adulte, c'est ta mère, c'est pas toi ». (Stella)

– (Une intervenante a été affectée à ce signalement) Donc, elle montait son rapport. Puis là, au tribunal, on s'est fait dire que le rapport était pas complet. Je vois pas ce qu'il manquait, en tout cas. Donc, eux ils ont dit qu'il y avait un non-lieu, qu'il n'y avait pas lieu de poursuivre tout le processus. Pas de placement, pas de poursuite contre le beau-père, rien. (Stella)

La situation de Stella n'a pas été retenue en cour. Or, même lorsque la situation est retenue, il peut être difficile d'obtenir de l'aide si le lien de confiance n'est pas créé entre un intervenant et le jeune, s'il n'est pas pris à part pour avoir l'opportunité d'être celui qui raconte sa réalité. Éloïse a fait l'objet d'un signalement retenu et elle a eu quelques années d'interventions peu aidantes. « Ma mère venait aux rencontres, elle leur chantait une petite chanson et puis tout allait bien [...] alors un moment donné, ils ont fermé le dossier. » (Éloïse) Elle explique son silence en rencontre :

Entre le moment où la DPJ venait me voir à l'école, pis qu'elle venait

chez nous faire un meeting. Bien, il n'y avait rien entre ça. Moi, j'étais pognée là à vivre tout ça, à vivre sa méchanceté, sa colère (Éloïse).

Lorsque le dossier a été clos, elle a tout de même dû transiger avec la DPJ pour maintenir le contact avec son frère et elle rapporte des erreurs dans la tenue de son dossier, ce qui a été très blessant pour elle puisqu'il s'agit d'une nouvelle fois où cet organisme ne l'a pas protégée et ne l'a pas prise en compte :

Je suis la seule personne qui est restée en contact avec lui, les autres l'ont déserté parce que les autres avaient peur de ma mère [...] Bien, c'est ça, bien j'essaie de rejoindre la travailleuse sociale, évidemment c'est jamais la même, ça change aux trois mois et là on me dit : « Bien là, dans votre dossier c'est écrit qu'à plusieurs reprises vous avez manqué votre rendez-vous avec votre frère ». Et là, là. Bien, premièrement, c'était pas vrai. Premièrement, on s'entend, j'étais plus que fiable, j'ai jamais manqué mes rendez-vous. Une fois j'ai (manqué). (Éloïse)

Éloïse explique qu'elle garde un mauvais souvenir de cet organisme et qu'aujourd'hui encore elle doit lutter contre l'image qu'il lui reste de la DPJ par son expérience négative alors qu'elle aide des gens et qu'elle doit parfois les diriger vers cet organisme. De son côté, Alice a également fait l'objet d'un signalement retenu, mais à la différence d'Éloïse, elle a été placée. Elle a eu des intervenants qui l'ont aidée, dont un qui l'a aidée à cheminer vers son émancipation : « Il me motivait, il me disait que j'étais capable, il m'aidait à prendre confiance en moi » (Alice)

Nous constatons donc que le signalement à la DPJ n'est pas garant d'aide quant au vécu de violence psychologique intrafamiliale. Si la situation familiale est signalée, l'issue de ce signalement peut être influencée par les possibilités que le jeune ait de se confier en sécurité et par la tenue du dossier. Il est important de pouvoir se confier pour éviter d'intérioriser ce vécu, nous le voyons encore plus précisément dans la section suivante.

4.3.2 L'expérience des personnes significatives au sujet du partage du vécu de violence psychologique intrafamiliale

Tous les jeunes adultes déclarent avoir pu parler de certains aspects de leur vécu auprès de quelques amis durant leur jeunesse. Par contre, ils devaient choisir à qui ils en parleraient. Il s'avérait plus compliqué d'en parler auprès de membres de la famille ou auprès de personnes qui pouvaient réagir à ces révélations.

Pour ce qui est des difficultés à parler du vécu de violence psychologique auprès de liens familiaux, pour six jeunes, les familles élargies étaient au fait des difficultés des parents, sans nécessairement être au fait du vécu de violence du jeune. Helena et Éloïse expliquent ainsi le silence dans sa famille, le sentiment d'impuissance dans la famille élargie et les croyances quant à la violence envers les enfants dans ce contexte :

C'est toujours le secret de famille, que tout le monde le sait, mais personne n'en parle. Mais nous, c'était la façon que mon père agissait à la maison. Tout le monde le sait, personne n'en parle vraiment. Puis, c'est juste de même. Faque, j'aurais probablement pu en parler, mais j'aurais été la fille qui brise le secret, puis eh... À 12 ans, tu ne veux pas nécessairement ce fardeau-là. Puis, de toute façon, les gens, qu'est-ce qu'ils m'auraient dit... Bien, tu sais, ton père il a de la difficulté, il a eu une enfance difficile, tu sais... Genre. Eux, ils étaient comme... C'est le choix de Camille d'être avec, Camille étant ma mère (rires) [...] On peut rien y faire. Tu sais, eux, c'est un peu aussi... Tu sais, « tant que les enfants ne sont pas bourrés de bleus, on n'appellera pas la DPJ non plus ». Faque, je pense que ça n'aurait servi à rien que j'en parle au niveau de la famille. (Helena)

La violence conjugale complexifie également l'accès au parent. La mère de Sophia faisait preuve de loyauté envers son époux, ce qui rendait difficile pour Sophia de se

confier à cette dernière ou même à un thérapeute qui risquerait de répéter ses confidences à sa mère : « Elle disait tout à mon père. Puis, après ça, il pouvait se servir de ça contre toi : “ah c’est ça, c’est moi ton problème. C’est ça, va brailler aux autres que je suis ton problème”. » (Sophia) Pour quatre jeunes, la séparation des parents peut s’avérer une source de conflit entre ces derniers :

Il s’adressait à nous pour nous dire qu’est-ce qu’elle fait, faque il la critiquait en parlant par personne interposée... Lui, réceptivité zéro. La blonde à mon père aussi parce qu’un moment donné elle a osé dire quelque chose contre ma mère, pis là j’ai commencé à réagir, à être plus... J’avais réagi agressivement. (Adam)

Pour ce qui est d’en parler aux autres, à des gens qui sont à l’extérieur de la famille élargie, il fallait d’abord réaliser en quoi leur vécu différait du vécu normal associé à la jeunesse. Adam et Samantha mentionnent qu’ils n’ont pas toujours été conscients que leur vécu était différent de celui de leurs pairs durant leur jeunesse : « Parce que je ne voyais pas que c’était pas normal... » (Adam) Il continue : « Je pense que c’est ça qui fait le tort chez un enfant, l’enfant considère pas. Quand t’as des parents, tu considères que c’est ça avoir des parents. » (Adam) C’est un vécu internalisé sous la forme du stress :

Je sentais le stress, je pense que je stressais autant que ma mère. Je me souviens que je m’en faisais pour elle, que je m’en suis toujours fait pour elle personnellement... Mais, moi pour moi, c’était comme la vie est pas clémente, la vie est pas bonne avec nous, pis fait vraiment souffrir ma mère, pis j’aime pas ça, pis ça me fait pleurer, mais tu sais pour moi je ne voyais pas ma mère comme en train de faire la mauvaise chose en ne tentant pas de ne pas m’exposer à ça. (Adam)

Lorsque les jeunes parlaient de leur vécu, ils étaient sensibles à la réaction des autres face à leurs révélations, craignant parfois qu’ils n’interviennent ou que leurs actions

n'aggravent la situation dans le milieu familial :

Je me souviens une fois, le directeur voulait appeler à la maison, pis je m'étais mise à pleurer (emphase sur le mot) et puis là ils ont comme réalisé que j'avais super peur de ce qui allait se passer à la maison. Là, eux ils ont bien gratté, ils n'ont même pas appelé à la maison à ce moment-là. Pis, j'avais un prof de français en secondaire 1, je me faisais souvent renvoyer de mes cours, puis il fallait appeler à la maison. Puis lui, il avait réalisé (qu'il connaissait sa mère). Il avait tenté une approche avec ma mère. (Samantha)

Si des gens qu'ils connaissaient pouvaient se sentir interpellés par leur souffrance et être sensibles à ce qu'ils vivaient, il en allait de même pour les personnes significatives dans leur vie qui pouvaient y être encore plus sensibles. Pour cette raison, les jeunes avaient de la difficulté à aborder leur vécu s'ils sentaient qu'ils devraient consoler un être cher en en parlant plutôt que de recevoir du soutien ou s'ils étaient mal à l'aise à faire l'objet de soutien, qu'ils ne voulaient pas se sentir différents des autres :

Hm, réaction négative? En fait, il a fallu que je console beaucoup des amis (rires). Je sais pas comment le dire. Tu sais, que je racontais un peu plus ce qui se passait au secondaire, puis : « Ah ben pauvre toi ! ». Puis ça rentrait là-dedans, puis on dirait qu'il fallait que je console mes amis. Tu sais, les gens qui devaient m'apporter du soutien, ou que je me sens sûre un peu plus, je voulais pas être la « pauvre petite fille ». (Alice)

Même lorsque des gens semblaient au fait des difficultés dans la famille, il restait difficile d'aborder le sujet au plan familial, en raison de la loyauté dans le système familial et du sentiment d'impuissance de ces personnes. Il restait donc délicat d'aborder le sujet à l'extérieur une fois qu'il était reconnu comme anormal. Ce vécu pouvait être étiqueté ou jugé ; Éloïse l'a vécu en en parlant au psychiatre de sa mère : « Puis il me dit "toi, dans tes histoires d'amour, ça doit pas être drôle". Tu sais, il me

dit ça de même » (Éloïse). Ils risquaient également de ne pas être crus : « *Elle fait* : “Jean-François c’est ton père ?” Là, je suis là : “ouais”. “Bien non, il est tout le temps fin, je le voyais toujours quand je travaillais » (Sophia). Donc, il est difficile d’aborder ce vécu avec autrui.

4.3.3 Les stratégies adaptatives pour réguler les émotions en lien avec le vécu de violence psychologique intrafamiliale

Sachant que le vécu familial était difficile et que ces jeunes ont dû affronter ce vécu quotidiennement, nous avons voulu déterminer ce qui permet de trouver de l’apaisement par rapport à la violence psychologique intrafamiliale. Pour ceux-ci, il s’agissait de s’évader dans l’imaginaire, de sortir du milieu familial, d’adresser les émotions qui étaient suscitées par la situation familiale et de trouver une façon de ressentir de l’*empowerment* face à ce vécu.

Puisque la violence se situe dans leur foyer, il semble impossible de trouver un moyen de se dégager des émotions négatives dans ce milieu à moins de se créer une bulle ou de trouver une façon de s’évader. Tous décrivent des moments qui procurent un sentiment d’évasion quant à ce vécu, il s’agit d’activités solitaires, telles que des œuvres artistiques, visuelles ou musicales qui les touchaient ou des activités participatives structurées (exemple : la natation, la danse, le théâtre, le chant). Le recours à ce moyen d’apaisement est rattaché à la survie pour certains participants et nous le comprenons lorsque nous apprenons qu’il peut être employé pour se protéger de la violence : « J’étais dans ma chambre, puis tout d’un coup j’entends des choses péter, faque moi je mettais de la musique pour ne pas l’entendre » (Helena). Tous sont du même avis : il n’y a pas de réel sentiment d’évasion possible lorsqu’un incident violent survient chez eux, donc la musique ne procurerait pas d’évasion dans ce

contexte. Toutefois, dans les moments calmes, ils pouvaient alors être absorbés par ce qu'ils faisaient et laisser libre cours à leur imagination. Éloïse parle de musique et Alice de natation et de lecture :

– J'écoutais de la musique, j'avais mon monde, mais dans mon monde c'était pas plus joyeux que dans ma vraie vie, mais la différence c'est que je me donnais un rôle de pouvoir et dans mon imagination, j'avais les outils pour être vainqueur et de m'en sortir et de me sentir mieux. Puis ça, ça a duré des années, des années, des années. Ça a été probablement nécessaire à ma survie [...] Faque, ça me donnait un espèce de sentiment de pouvoir, d'une belle fin malgré le contexte moyennement beau. (Éloïse)

– Tu sais, quand je faisais mes cours de natation, je ne pensais plus à rien [...] je lisais énormément aussi. Je m'évadais, j'adore la lecture fantastique, je m'évadais dans tout ça j'étais une autre personne dans un autre monde, un autre cadre de référence. J'étais un rat de lecture pour vrai, je lisais, je lisais, je lisais. C'est ça qui m'a fait bien écrire d'ailleurs. (Alice)

Sortir du milieu familial peut aussi procurer des bienfaits similaires à l'évasion par les activités stimulantes et structurées, selon les jeunes adultes de cette recherche, en restaurant un bien-être émotionnel et en sortant de l'inquiétude ou de la peur qui est associée au milieu familial. Helena parle d'un « blocage » de sa réalité difficile en allant ailleurs et Alice explique :

– Je ne voulais pas retourner chez nous, j'étais pas bien (chez elle). Mais, chez elle (sa grand-mère) j'étais bien, je me sentais bien [...] on faisait un petit kit et je passais du temps chez eux. Mais, j'étais bien chez eux, pour vrai, j'étais (inspiration). C'était parfait chez eux. (Alice)

Les jeunes rapportent également avoir trouvé de l'apaisement en affrontant les émotions suscitées par leur vécu familial. Qu'il s'agisse de résister activement aux

propos et aux actions des parents, qui les engagent dans leurs dynamiques familiales violentes du milieu, ou d'exprimer leurs émotions, la sphère émotionnelle revêt de l'importance pour trouver de l'apaisement :

Puis c'est ça, puis de 16 à 17 ans, j'ai commencé à plus répondre et là il n'a pas aimé ça. Il a commencé à plus me traiter d'insolente, à dire que je n'avais pas de respect et patati patati. Là, je ne répondais pas, faque j'étais comme modérée. (Helena)

Helena explique la logique derrière cette acceptation de sa situation familiale : « J'avais comme accepté un peu que ce ne serait jamais bien. Faque je me disais, que ce soit pire, au moins j'aurai dit ce que je pensais » (Helena). Adam, de façon similaire, raconte avoir cessé de stresser avec son vécu familial :

Je pense qu'on a une certaine base génétique dans nos personnalités, et je pense que le désengagement... Parce qu'aujourd'hui je dirais que c'est un peu ça ma façon de passer au travers des choses pis j'ai déjà lu des choses sur la dépression pis, ça n'a pas que du négatif. Des fois l'effet de se désengager et de baisser la garde, de faire comme « ah pis, de toute façon, peu importe ce qui arrive ». C'est sûr que de l'extérieur, c'est de la dépression, mais ça permet aussi de passer au travers de l'adversité. C'est comme un peu un mécanisme d'engourdissement. (Adam)

Toujours sur le plan émotionnel, Stella parle d'une détermination presque viscérale à dépasser ce qu'elle rencontrait dans le milieu familial, de se projeter pour aller dans une autre direction. À la croisée entre la gestion des émotions et la prise de pouvoir, Stella parle d'une rage : « Ouais, puis il n'y a absolument rien qui va m'empêcher d'atteindre mes buts. » (Stella) Elle explique :

Mais, non c'est une rage de vivre en fait. Si j'avais pas cette rage-là, j'aurais pas été capable de me prendre en main autant, à 18 ans, de me dire moi je vais vivre au Canada quoi. Même si je suis toute seule. Bon,

ça n'a pas marché avec mon père. Mais (dans la vingtaine) je suis venue toute seule, sans que personne m'aide. Avec tout ce que j'avais dans ma valise. (Stella)

Stella explique également que reconnaître ses émotions a été bénéfique : « Puis, c'est seulement quand je me suis autorisée à être en colère contre ces gens-là (proches qui ne l'aidaient pas quant au vécu de violence) que j'ai eu moins d'affects dépressifs. » (Stella) Ce qu'on voit, c'est que dès l'adolescence, même si ce n'était qu'en se distançant des dynamiques familiales violentes, les jeunes gagnaient graduellement cette volonté de rencontrer leurs désirs et de se créer eux-mêmes. C'est ce qu'on voit alors que certains jeunes mentionnent qu'ils se sont réalisés en transformant leur vécu négatif en force :

Bien tu sais quand on est allé en hébergement là, j'avais vraiment trouvé ça le fun parce que c'était un réseau de femmes. Qui, qui se tenaient. J'avais cette impression-là, tu sais à part les madames qui en avaient trop, je trouvais ça beau, j'aimais ça, je voulais ça, cet « empowerment » là. De, cette prise de pouvoir là, j'trouvais ça, pour moi ça été positif, aller là. (Sophia)

Il y a donc quatre stratégies pour rencontrer de l'apaisement quant au vécu familial. Elles impliquent généralement de vivre des expériences positives et constructives, de sortir du milieu ou de s'évader dans l'imaginaire, de développer ses capacités affectives ou de gagner un certain *empowerment* sur son vécu en en faisant une force dirigée vers une carrière. Par ces moyens, les jeunes ont pu trouver de l'apaisement quant à leur vécu, se libérer, même si ce n'est que pour quelques heures ou quelques jours, des émotions négatives qui étaient quotidiennes dans leur milieu familial.

4.3.4 Les contributions des personnes significatives quant au vécu de violence psychologique intrafamiliale

Nous cherchions ici à rencontrer les personnes significatives qui permettent aux jeunes de valoriser le relationnel dans leur vie, en tant qu'élément associé à la résilience dans les études sur le sujet. Nous désirions aussi comprendre comment ces relations pouvaient aider dans le contexte de violence psychologique intrafamiliale. Nous verrons donc ici la manière dont certaines relations créent un lien de confiance et permettent au jeune de se sentir en sécurité et validé dans sa souffrance.

Un premier aspect de ces relations tient du sentiment de sécurité qu'elles instaurent pour tous les jeunes. Adam explique comment cette sécurité lui permettait de redevenir enfant et d'avoir du temps individuel qui était valorisant :

Faque, j'avais pas vraiment de sentiment de sécurité avec elle (sa mère). Mais, dans des situations d'enfants, comme à l'école, je me sentais en sécurité dans tous les sens du terme, « quelqu'un veille sur moi, ici je suis là pour accomplir des choses » euh, ouais. Mais sinon, quand j'étais avec mon père en compagnie de sa blonde, où je pouvais retrouver le rôle d'enfant. (Adam)

Stella crédite sa famille élargie, qui était présente très tôt dans sa vie, en tant que source de sécurité et de confiance, même si celle-ci s'est distanciée plus tard :

Bien j'imagine que avant 6 ans, ça devait être pas si pire. Pour que déjà, je sois capable d'être en lien avec les autres. Je me rappelle pas vraiment, mais je sais que ma famille était très présente et très aimante. Peut-être que c'est ça qui fait que de manière innée, j'étais capable de développer des liens avec les autres. (Stella)

Par les propos d'Adam et de Stella, nous pouvons constater que les jeunes ont pu

gagner confiance envers les autres et prendre intérêt à nouer des relations avec les autres, car ils se sentaient en sécurité avec leurs environnements. Au-delà du sentiment de sécurité qui permet la confiance, pour qu'une relation soit aidante en contexte de violence psychologique intrafamiliale, ils devaient rencontrer la possibilité d'être entendus et validés dans leur souffrance. Stella constate : « Puis, c'est pas pour rien que j'ai choisi ce pays » (Stella) et elle explique : « Ici ça m'est arrivé à quelques reprises d'en parler et puis j'ai toujours été accueillie dans mon propos avec empathie et compassion. Et ça, c'est réparateur, énormément. » (Stella) Elle explique ce qu'elle vivait dans son pays : « Il y a comme une grosse pudeur du côté des émotions, je pense. On va tout de suite aller dans le "oui, mais ça va aller. » (Stella)

Ainsi, il y aurait quelque chose d'aidant à être validé dans la souffrance vécue. Néanmoins, nous l'avons vu, il n'est pas facile de parler du vécu de violence psychologique intrafamiliale et tous ne sont pas disposés ou équipés à en entendre parler. C'est ce qu'on voyait dans la section 4.2.4, dans la recherche de soutien, où certains professionnels ne bâtissaient pas une climat de confiance. Stella, Éloïse et Alice ont toutes trois été signalées auprès de la DPJ durant leur adolescence et elles décrivent l'aide qu'elles recevaient par des professionnels en milieu scolaire. Deux d'entre elles allaient déjà chercher de l'aide quant à leur situation avant l'intervention de la DPJ. Alice parle d'une autre psychologue scolaire : « Puis même l'été (au secondaire) on s'écrivait des courriels mettons. » (Alice). Elle explique : « Elle a été hyper présente, elle a fait plus que son rôle en demandait, je pense. Puis non c'est ça, elle m'accompagnait dans toutes mes démarches, elle m'a vraiment écoutée. Quand j'étais en crise suicidaire, elle était présente, parce que ça n'allait plus (rires) » (Alice).

Stella parle de Sophie, une travailleuse sociale qu'elle a rencontrée en milieu scolaire :

J'ai vraiment senti de l'empathie de sa part quand je parlais de mon vécu. C'était la première fois que j'avais quelqu'un qui me disait : « waw, ce que tu vis c'est pas facile et puis oui je vais t'aider ». Donc, elle m'a amenée dans les banques alimentaires, elle m'a amenée m'acheter des vêtements parce que mon père il faisait rien. Eh... Elle m'a beaucoup aidée. Elle a appelé la DPJ pour moi aussi parce que mon père avait été maltraitant aussi. (Stella)

Nous pouvons donc constater qu'il peut être difficile d'initier une relation aidante et que celle-ci ne garantit pas la réception de soutien. Les adultes significatifs sont importants pour les jeunes et ils cherchent le contact avec ceux-ci, mais il est difficile pour eux de l'amorcer. C'est pour cette raison qu'Alice explique qu'elle avait besoin que les personnes à qui elle se confiait montrent une ouverture et un respect pour les efforts qu'elle faisait pour parler de sa souffrance :

C'est des gens qui sont venus vers moi à ce moment-là de ma vie, j'étais incapable d'aller vers les gens, d'aller chercher de l'aide. Faque, ça a été quelque chose de très central pour moi, sentir une ouverture, sentir un espace de non-jugement où je pouvais être moi-même, où est-ce que je pouvais raconter et avoir confiance que ça ne sortirait pas tout croche. [...] J'ai été vers la psychologue plus jeune, mais ce que j'ai dit, après ça, ça a été tout de suite de le dire à ma mère. Faque là, je ne pouvais pas avoir confiance et parler aux gens. (Alice)

Les jeunes affirment tous que leur vécu de violence psychologique intrafamiliale leur causait de la souffrance, mais ils étaient tous également sensibles à la souffrance des autres. Rencontrer quelqu'un qui avait du vécu de son côté, qui avait vécu de la souffrance, pouvait instiguer des relations aidantes par les points communs entre eux. Certains jeunes mentionnent qu'ils cherchaient ce type de relations, tant pour les aider que pour pouvoir parler de leur côté : « Oui, c'était des gens avec qui c'était plus facile de parler parce qu'on avait des choses en commun, on avait une vie un peu tumultueuse. » (Alice). Samantha poursuit en parlant de personnes : « Plus démunies, faque ça permettait. Je pouvais leur en parler, parce que j'avais l'impression qu'ils

comprendraient, ou que... Dans le sens, que eux avaient un vécu similaire.»
(Samantha) Elle se sentait donc à l'aise de leur parler de sa vie.

Helena décrit comment son amoureux de jeunesse, un jeune qui était parentifié et familier avec l'excès de responsabilités en bas âge, a gagné sa confiance :

Une des premières choses qu'il m'a dit, qui m'a fait me confier à lui c'est : « je le sais qu'il y a des choses qui ne vont pas bien, parce que ça paraît, puis c'est correct que tu ne veuilles pas m'en parler. Mais, le moment où tu vas vouloir m'en parler, tu vas pouvoir, puis ça va être juste entre nous et ça va être correct. Puis, tu n'es pas... Genre, jamais tu ne seras obligée de tout me dire et si tu ne veux jamais m'en parler, bien ça va être correct aussi. » Tu sais, Simon, j'aurais pu ne jamais lui parler des problématiques dans ma famille et il aurait tout le temps été là pour moi, sans le savoir. (Helena)

Ces relations permettent aux jeunes de parler de leur vécu, d'obtenir du soutien réciproque et de se sentir compris alors qu'ils vivent de la violence psychologique intrafamiliale. Elles les aident également à développer des capacités leur permettant de passer par-dessus leurs expériences.

4.3.5 Les ressources individuelles et environnementales facilitatrices de résilience en contexte de violence psychologique intrafamiliale

Ces relations aidantes, marquées par le sentiment de sécurité ou de confiance, le sentiment de compter pour autrui ou d'être compris, ont aidé les jeunes à développer des capacités en contexte de violence psychologique intrafamiliale. Tous les jeunes adultes rapportent diverses contributions par ces relations, bien qu'elles varient d'un jeune à l'autre. Nous les explorons ici en sept capacités : 1) intellectuelles, 2) académiques, 3) professionnelles, 4) psychologiques, 5) affectives, 6) émotionnelles et 7) sociales.

Tout d'abord, en ce qui concerne les capacités intellectuelles, les jeunes rapportent des éléments d'autovalorisation et de confiance en leurs capacités. Ce sont surtout les enseignants, particulièrement du secondaire et du cégep, qui contribuent à ces capacités. Des amis, avec qui le jeune avait un lien intime, ou une grand-mère impliquée pouvaient également contribuer au développement de ces éléments. C'est ce qui se produisit pour Sophia qui recevait des encouragements de sa grand-mère et de ses enseignants ou pour Samantha avec un ami qui la stimulait intellectuellement : « C'était un jeune qui lisait des briques d'histoire, de politique, puis que tout le monde trouvait... [...] Je pense que je lui ai montré, au niveau relationnel, à être plus habile. » (Samantha) Sophia parle de ses enseignants :

Ce qui fait que, admettons lui (son père) il me disait une chose (dénigrait son intellect), puis là tu as tous ceux que j'estime, qui ont un métier ou une carrière que j'estime, qui là me disent : « Tu sais Sophia, je te trouve comme ça. Tu sais, Sophia, ça (compliment). Continue comme ça, continues comme ça ». Je crois que tous les gens que j'ai (connus ainsi), ils ont juste vraiment tous servi à faire : « bien, ce que lui il dit, ça ne vaut rien, fais-toi confiance puis cette personne, elle continue à me faire confiance puis à m'écouter ». (Sophia)

Pour ce qui est des capacités académiques, elles se déclinent en ces éléments : dépasser ses difficultés académiques, la persévérance scolaire, poursuivre son cheminement vers la réussite scolaire ou se projeter dans un avenir académique. Ici encore, ce sont surtout des enseignants du secondaire ou du cégep qui y contribuent, mais il peut aussi y avoir des amis, un amoureux, des grands-parents ou même un intervenant de la DPJ qui y ont contribué. Adam l'explique ainsi :

Ça a l'air prétentieux de dire ça. Mais, je me souviens dans mon parcours scolaire de m'être fait dire à quelques reprises... Le prof me demande de venir après un travail remis ou un examen, de me faire prendre à part et de me faire souligner mon potentiel. (De me faire) dire : « Adam, tu le sais que tu as vraiment du potentiel, tu réussis vraiment très bien.

Continue comme ça ». Juste le fait de me faire dire que je vauX quelque chose (silence) (Adam).

En ce qui concerne les capacités professionnelles, il s'agit des éléments suivants : leur façon d'être, le fait de choisir une orientation professionnelle qui leur donne du pouvoir sur leur vie ou le reflet de forces en milieu d'emploi. Ce sont de jeunes adultes qui œuvrent tous en relation d'aide, donc ils identifient ici majoritairement des intervenants ou des équipes d'intervention rencontrées par besoin, par stage ou par emploi, ainsi que des enseignants du cégep.

Je voyais les intervenants qui les investissaient beaucoup (clients ayant une difficulté), qui jouaient avec eux, qui passaient du temps des fois en dehors de leur mandat. Il y en a un qui disait à l'autre, le résident était analphabète et je me rappelle que le résident, l'intervenant disait je vais prendre du temps sur mon horaire et je vais t'aider à apprendre à lire. Ça m'avait tellement... (silence 3 secondes) Je veux, je veux apporter ça au monde plus tard aussi. Donc, là j'ai su déjà ce que je voulais faire à 15-16 ans. Donc ça, c'était mes modèles professionnels (Stella).

Nous en venons ensuite à rencontrer les capacités psychologiques : mettre ses limites, l'affirmation de soi, être authentique et prendre soin de soi. Pour la majorité, ce sont les amis qui y contribuent, mais ça peut aussi être une grand-mère ou des enseignants qui encouragent le jeune à s'affirmer. Helena parle de ses amies :

Beaucoup avec les filles, l'affirmation de soi et puis tu sais, veux veux pas j'ai forgé ma personnalité avec elles et je pense que si elles n'avaient pas été là, si elles n'étaient pas encore là. Ce serait *tough*, je ne serais définitivement pas la même personne que je suis. Mais, je n'aurais pas eu... Premièrement, je n'aurais jamais été capable de laisser Simon (ex-amoureux) en sachant très bien que je n'étais plus bien dans ma relation avec lui parce que ça aurait été mon seul point d'ancrage. (Helena)

Nous pensons également aux capacités affectives : la confiance en les autres, la

confiance en ses capacités à nouer des relations positives, la mutualité relationnelle, les habiletés sociales et un sentiment de sécurité. Ceux qui contribuent à ces capacités sont les amis, les amoureux, les membres de la famille (sœur, grands-parents, famille élargie) ou le milieu scolaire. Alice parle de ses intervenants à la DPJ :

Avec Édouard, quand on allait faire l'épicerie, c'est un petit bout d'homme celui-là... On marchait à ça de distance (gestuelle grande distance), dans le char, je me tassais contre la vitre parce que je n'aimais pas les hommes. J'avais complètement peur des hommes. Puis, Xavier, je faisais ça pareil avec lui, mais lui il a décidé de changer ça, tu sais. Il me prenait par les épaules, où il me touchait un peu. Pas rien de malaisant, genre une bîne sur l'épaule (rires). Mais, il initiait le contact physique pour que j'arrête d'avoir aussi peur que ça, puis à la fin c'était correct. Mais, à travers plusieurs mois, faque lui la confiance aux hommes aussi.
(Alice)

Ces relations aidantes contribuent aussi aux capacités émotionnelles : la gestion des émotions, le sens de l'humour, le dépassement de ses peurs et s'autoriser à nommer et à vivre ses émotions. Ce sont surtout des gens ayant rencontré des difficultés similaires qui y contribuent, et ce, par le biais d'amitiés ou de rencontres d'amis en groupe d'entraide, particulièrement les amitiés adultes, les amoureux, les intervenants ou une grand-mère. Éloïse parle de l'approche de ses émotions auprès d'intervenantes :

C'est quasiment scientifique là, j'ai quasiment l'air de raconter l'histoire de quelqu'un d'autre... Alors, j'ai pas beaucoup avec mes amis... Les émotions puis tout ça, pas beaucoup. Évidemment, il y a eu Maryse, il y a eu Andréanne, c'est sûr que là, ça a été comme une explosion de « je m'ouvre ! ». Pas juste raconter, mais dire comment je me sens. Ça, c'est ma psy aussi qui m'a aidée à : « oui, oui, j'en parle... » « Bien oui tu en parles, mais est-ce que tu dis comment tu te sens ? ». Peut-être pas tant que ça finalement... Mais, on ne me l'a pas vraiment demandé non plus.
(Éloïse)

Finalement, pour ce qui est des capacités sociales, nous pensons aux capacités d'évaluer sa situation au regard de ce qui tient de la « normalité » en société. Pour celles qui mentionnent de telles contributions, elles partent d'amis, de familles d'amis ou de grands-parents. Sophia parle de la famille d'un ami durant son enfance :

Son père était super fin. Ses parents se respectaient, ce n'était pas conflictuel. J'étais comme « OK ». Tu sais, c'est en côtoyant ces gens-là que tu réalises que toi ta famille, elle n'est pas normale. Ce n'est pas la normalité, tu n'es pas obligée de l'accepter. (Sophia)

Ces relations aidantes pouvaient être temporaires, elles ne sont pas nécessairement arrimées à des figures qui demeureraient impliqués dans leur vie au long terme. Elles ont pu être brèves, prendre fin par un déménagement, par la fin d'une année scolaire ou d'une intervention, ou lorsqu'une capacité a été acquise. Pour les relations qui ont duré quelques années, les jeunes parlent de ruptures liées au déséquilibre dans la relation. Helena explique que Simon a contribué à ses capacités émotionnelles : « Pour Simon, ce serait plus dans ma gestion de mes émotions dans le fond. Pas de Simon, pour vrai j'aurais été dépressive longtemps » (Helena). Sauf que cette capacité devait cesser de reposer entre les mains d'une autre personne, elle devait se l'approprier. À l'inverse, Sophia décrit un abus de confiance lorsque quelqu'un s'approprie le crédit de ses capacités :

J'ai eu 100 % Là elle a fait : bien j'espère, je t'ai tellement aidé à faire (ce type de texte) Là je la regarde pis je suis comme tu sais que dans mon cours, j'ai fini avec 99, dans mon cours (sur ce sujet), genre je suis bonne aussi. Ce qui fait que c'est ça. Mais là on n'est plus vraiment amies pour sûr, parce que là on dirait que je lui dois tout, puis je ne suis pas d'accord avec ça. Tu sais, j'ai mes forces aussi. (Sophia)

Finalement, ces relations peuvent se briser lorsqu'elles cessent d'être des espaces de non-jugement. Éloïse se rappelle des commentaires qu'elle avait reçus d'une

enseignante devenue amie : « C'est parce que ça m'a vraiment fait mal et j'avais aussi besoin que quelqu'un m'enlève du poids. » (Éloïse) Elle lui avait dit :

Quand ma mère a perdu la garde légale d'Antoine, je lui avais raconté ça. Puis... Et là, moi j'avais quoi... 18 ans ? Et là, elle me dit : « Ben là, commence à... Tu devrais arrêter tes études, te prendre un appartement et le prendre avec toi. Tu sais, c'est vraiment... Dans le fond, dans la vie, ce qui est important c'est l'amour qui est important. » Eh oui... Mais, imagine si à 18 ans j'avais fait ce « move » là. Je travaillais à 9 \$ par heure. J'avais... Puis, c'était pas ça que je voulais de ma vie. J'étais pas prête [...] (Éloïse).

Pour conclure, c'est le sentiment de sécurité et de confiance qui ouvre la voie à ce que les jeunes nouent des relations dignes de confiance. Certaines relations ont pu être aidantes en contexte de violence psychologique intrafamiliale. C'est le cas des relations qui ont permis aux jeunes de s'ouvrir et ainsi d'atténuer la souffrance vécue ainsi que des relations qui ont reconnu les capacités du jeune et les ont stimulées.

4.3.6 La fin du vécu de violence psychologique intrafamiliale

Au fil des années, les jeunes se sont construits à travers des relations et ils ont développé des intérêts, des moyens d'apaisement, mais aussi des capacités. Pour la plupart, ils commencent à pouvoir employer ces capacités pour mettre fin au vécu de violence intrafamiliale dès l'adolescence. Il n'était pas anticipé que les participants révèlent l'événement-clé précédant la fin de leur vécu de violence intrafamiliale, mais c'est un sujet qui a été apporté spontanément et qui a enrichi notre compréhension de cette réalité. Pour tous les jeunes, la période adulte leur permet de se distancer physiquement du milieu familial et d'avoir un certain contrôle quant à leur exposition aux dynamiques parentales violentes. Toutefois, certains jeunes ont dû mettre fin à

leur vécu de violence alors qu'ils étaient encore mineurs. Éloïse et Alice ont toutes deux dû quitter le domicile de leur mère durant leur adolescence. Éloïse explique que le milieu de son adolescence s'est avéré un moment où elle avait davantage d'amis aidants présents (voir annexe D) :

C'est vraiment là que ma vie sociale a comme émergé. Comme je te dirais, par contre, en parallèle, je vivais plein d'affaires avec ma mère. Plein de dysfonctionnalités. Mon père, c'est en secondaire 3 que j'ai dit « OK, là ça ne marche plus, je veux aller vivre avec toi ». Mais, la scène là. Moi j'allais chercher mes affaires chez moi et mon frère [...] qui pleurait. C'était une décision extrêmement difficile et aller encore jusqu'à aujourd'hui, c'est ce que j'ai tout le temps dit, j'ai jamais été capable de reprendre une décision aussi importante de ma vie (Éloïse).

Pour Alice, il y a eu un incident violent, similaire au vécu habituel, où elle a mis ses limites et ce fut la dernière fois que sa mère l'a frappée. Or, comme la violence psychologique perdurait chez elle, elle était suicidaire et elle a donc été placée. Elle a pu reprendre le contrôle sur sa vie lorsqu'elle a eu un déclic qui lui a permis de s'occuper d'elle-même et d'obtenir son émancipation quelque temps après : « C'est parce que j'avais eu une révélation à ce moment-là » (Alice). Elle explique :

C'est une journée, un matin, je m'étais réveillée et j'avais eu cette pensée-là que je subissais pas ma vie, que je faisais des choix puis j'avais le pouvoir sur ma vie, puis à ce moment-là, ça a fait un énorme déclic dans ma tête. J'ai pris tout (ce qu'elle cachait) pour me suicider, puis je l'ai donné à la femme de la famille d'accueil (Alice).

Pour Stella et Sophia, la figure parentale violente a pu être écartée du quotidien avec la fin d'une situation de violence conjugale, alors que leurs mères étaient conscientes qu'elles vivaient de la violence. Sophia souligne également qu'elle a pu vivre avec sa mère sans son père à partir de la mi-adolescence. Ses parents s'étaient séparés après

une relation de violence conjugale et Sophia a aidé sa mère à ne plus donner d'importance aux critiques de son père en lui reflétant l'absurdité de ses critiques jusqu'à ce que ça marche : « Elle a arrêté de donner de l'importance à mon père le jour où je lui ai dit : 'C'est une insulte qu'il a dit' [...] Il disait : 'elle était tellement paresseuse qu'elle était pas capable de s'écarter pour accoucher.' »(Sophia). Sophia continue en expliquant : «ma mère est comme : 'Tu me niaisés tu?' Non, non, il a vraiment dit ça. Ma mère est partie à rire à en pleurer, elle l'a dit à sa TS et à partir de ce jour-là, elle a arrêté de s'en faire avec. J'aurais dû lui dire avant.» (Sophia)

D'autres ont dû quitter leur milieu familial en raison de la violence qui persistait dans celui-ci. Helena a de bonnes capacités à mettre ses limites et à s'affirmer depuis l'adolescence, elle crédite ces capacités à son copain de l'époque et à ses amis. Néanmoins, ces capacités ne sont pas garanties que la personne puisse changer une situation de violence lorsque celle-ci est vécue par une tierce personne. Contrairement à la mère de Stella et de Sophia, la mère d'Helena n'a pas fait de démarches pour sortir de la situation de violence conjugale :

Parce que moi, à l'âge de 15 à 18 ans, j'ai essayé de convaincre ma mère de laisser mon père (rires). Mais genre, vraiment souvent. À chaque fois qu'il y avait une dispute, « pourquoi on ne s'en va pas ? (Son frère) va travailler, moi je vais travailler aussi, on va t'aider, on va être capable de payer les choses ». Puis, elle ne voulait pas. (Helena)

Helena raconte un incident violent après que son père ait brisé du verre, où elle a mis sa limite pour rejoindre son père dans la destruction d'objets s'il ne l'avait pas arrêtée pour éviter qu'elle ne se blesse. Elle a alors opté pour quitter le milieu familial ensuite. Ce moment d'affirmation l'a surprise elle-même : « J'ai appelé ma psy après ça pour qu'on se voie parce que j'avais peur de devenir comme mon père. Mais, je l'ai regardé et j'ai fait : "tu veux qu'on pète des affaires, bien on va en péter" » (Helena). Elle explique ce qui est arrivé :

Puis, j'étais fâchée parce que je disais, « t'as jamais d'argent pour rien, mais c'est correct de péter des trucs, comment tu penses qu'on paie pour ces affaires-là après na-na-na ». Puis, j'étais vraiment pas du monde. [...]. Puis, là mon père ça l'a vraiment saisi, parce que son visage a vraiment changé, il est venu les yeux pleins d'eau et j'étais comme « c'est la dernière journée que j'ai passée ici ». (Helena)

Elle s'est trouvé un appartement peu de temps après, mais elle est partie sans économies. Pour Adam et Samantha, se distancer vient avec ce qu'ils vivent à leur âge, il s'agit de la progression de la formation identitaire ou professionnelle. Samantha a dû quitter son milieu familial en raison de son choix de carrière : « C'est un choix aussi que mes parents ont désapprouvé, ce qui explique que je suis partie de la maison tout de suite après. » (Samantha) Après s'être affirmée et avoir poursuivi des études, son identité se solidifie :

C'est là le noyau, que tout a émergé, et j'ai l'impression que j'ai consolidé plus mon identité, puis mes choix, puis que c'est là que je commence à me ressembler le plus par rapport à ce que je suis aujourd'hui. (Samantha)

Pour résumer, le vécu de violence psychologique est associé à la souffrance qui n'est pas toujours communiquée et à des effets qui entachent le quotidien. Pour le jeune qui la vit, il y a des moyens de se soustraire temporairement de ce vécu, d'y trouver de l'apaisement. Par contre, ce sont les relations qui permettent de se sentir en sécurité, de se confier et de fortifier ses capacités. Finalement, il vient un temps où, par la maturation physique et émotionnelle, ils ont le contrôle sur le vécu et réussissent à minimiser leur exposition à ce vécu.

4.4 Le regard actuel des jeunes adultes quant à leur vécu et quant à leur résilience

Cette dernière section de la présentation des résultats vise à explorer où les jeunes en sont maintenant dans leur vie adulte, à explorer le sens qu'ils donnent à leur vécu et la manière dont ils sont devenus résilients vis-à-vis leur passé de violence psychologique intrafamiliale.

4.4.1 Les relations actuelles dans la famille:

Helena, Sophia et Alice identifiaient leur père comme figure parentale violente durant leur jeunesse, des pères qui usaient de communications psychologiquement violentes, mais elles soulignent toutes aujourd'hui qu'il vaut mieux garder une certaine distance avec ce parent. Helena déclare même être la seule à mettre ses limites quant aux comportements de son père, ce qu'elle trouve difficile puisqu'elle voit les répercussions que vivent son frère et sa mère en ne le faisant pas : « Puis là, récemment, on se reparle un peu, mais c'est limite là. Puis c'est très, tu sais c'est très superficiel. Là, moi je ne ressens pas le besoin d'avoir une relation importante avec lui.» (Helena). Helena continue : «Ce qui me dérange maintenant, c'est pas tant qu'il soit désagréable. C'est que les autres continuent à l'accepter. Puis ça, ça me dérange vraiment beaucoup et c'est vraiment un enjeu qu'il faut que j'arrête d'avoir.» (Helena)

Sophia mentionne également qu'elle doit garder ses distances vis-à-vis son père, même en ayant tenté de comprendre sa souffrance : « (Il) était vraiment le mouton noir de la famille, c'était intense, je pense que ses blessures ne viennent pas d'ailleurs, sa mère est bipolaire. » (Sophia) Elle explique : «Il se mettait en conflit avec tout le monde, puis eh. Tu sais, aujourd'hui [...] en ce moment mon père il est

tout seul chez lui. Il n'a plus personne. Moi, je ne lui parle plus ça fait (quelques années), mon frère a quitté.» (Sophia)

En repensant à leur relation avec leurs parents, certains jeunes adultes déclarent que leur cadet n'a pas la même compréhension de ce vécu ou qu'il le vit différemment. Pour Adam, son cadet est plus jeune, il n'était pas parentifié et il ne comprenait pas la souffrance associée à de trop grandes responsabilités pour Adam, il a même parfois envié cette attention que sa mère lui accordait.

Il n'a pas les mêmes souvenirs que moi. Il ne se souvient pas que ma mère nous ait dit qu'elle aimerait ça mourir, il ne se souvient pas que ma mère était dépressive, je pense. Puis, il était plus jeune un petit peu [...] on s'est souvent chicané parce que lui il trouve que je suis ingrat et difficile à l'endroit de nos deux parents, que j'exagère (Adam).

Alice pense à sa sœur et à la manière dont cette dernière vit l'abandon de leur père :

– (En parlant de Julie) Elle, elle en souffre beaucoup parce qu'elle voudrait un père, elle voudrait une image d'un père. [...] peut-être moi aussi j'aurais aimé ça avoir un père, un vrai, puis qui m'aime. Sentir que ton père ne t'aime pas et puis qu'il te le dise, c'est quand même pas cool. Tu sais, mon père il me l'a dit souvent qu'il ne m'aimait pas et qu'il regrettait que je sois vivante. (Alice)

Éloïse et Stella ont toutes les deux une mère qui leur faisait de nombreuses confidences durant leur enfance en raison de la parentification qu'elles vivaient. Toutes deux tentent de comprendre le contexte qui entourait ce vécu de violence, elles voient que leur mère avait peu de personnes à qui se confier, que leur famille élargie s'était distancée d'elles. Stella sent aujourd'hui qu'elle a pu se défaire entièrement du vécu de violence familiale : «Parce que la violence était en (Europe)» (Stella). Parentifiées, tout comme Stella, Éloïse et Alice rapportent que ça va mieux avec leurs

mères, que si les patterns parentaux de leur jeunesse ne sont pas entièrement enrayés, ils sont suffisamment atténués pour qu'elles maintiennent une relation avec leur mère :

Oui, ma mère elle va mieux, elle a repris sa vie en main, elle est en appartement, elle s'est trouvée du travail, elle est capable de se laver sans que je lui dise, elle est redevenue coquette... Bon, mais je dois accepter qu'elle a ses limites, il y a des choses qui seront toujours un peu tout croches (Éloïse).

Les quatre autres jeunes adultes parlent surtout de leur mère, plus précisément de relations qui perdurent et de leur forme actuelle. Samantha et Adam ont pu trouver un sens aux dynamiques néfastes qu'ils vivaient durant leur jeunesse :

C'est plus tard que j'ai rencontré des psychologues qui ont été intéressants, qui m'ont permis de comprendre mes relations, de voir même les réactions de mes parents des fois... Encore, ma mère fait encore beaucoup de « double contrainte », je réalise qu'elle faisait ça, pis j'arrive à interagir avec elle là-dedans. Pis, il a fallu des gens pour m'éclairer là-dedans, m'aider à me situer là-dedans. (Samantha)

Pour ce qui est de la famille élargie, il y a des situations où les bris de confiance avec la famille élargie ont entaché les relations avec celle-ci. Il peut y avoir des relations rendues plus difficiles par la culpabilisation pour Éloïse, ou diminuées par des promesses brisées pour Stella. Éloïse décrit la pression qu'on lui fait pour créer des liens : « On rajoute aussi ce que je te disais par rapport à ma famille. “Tu devrais les appeler, tu devrais créer le lien”. Encore aujourd'hui, c'est comme ça. » (Éloïse) Elle continue :

Puis, quand mon père commençait à boire, ma tante me disait : « bien, tu devrais lui dire que tu t'inquiètes pour lui, tu devrais prendre ça sur tes

épaules ». Et j'ai décidé que non. Je ne l'ai pas fait. Un moment donné [...] j'ai fait : « Là, c'est un grand garçon, il le sait, il connaît les conséquences de boire ». (Éloïse)

Bien, ils me disaient : « On va t'aider, on va faire des démarches pour qu'il s'en aille et tout, ou pour que tu puisses aller vivre chez ton père au Canada ». Mais dans les faits, ils n'étaient pas là. C'était beaucoup de paroles. Quand j'avais besoin d'eux. Quand j'y repense, je me dis « eille, il y a bien des choses qu'ils auraient pu faire, mais ne l'ont pas fait ». Mais, ça me donnait tellement d'espoir. Sur le moment qu'ils allaient eux s'occuper de moi, qu'ils n'allaient plus me laisser là-dedans, qu'ils allaient m'aider... Mais, à quelque part, ça m'aidait, mais je me berçais d'illusions. (Stella)

Pour conclure, entre 15 et 18 ans, tous les jeunes adultes avaient quitté le milieu familial violent. À l'âge adulte, ils s'expliquent mieux les comportements de leurs parents. Deux jeunes adultes soulignent une amélioration des relations avec leurs parents à la vie adulte, mais pour les parents qui usaient de communications psychologiquement violentes, la continuation de ces pratiques semble rendre nécessaire le fait de garder une distance vis-à-vis ceux-ci.

4.4.2 Les difficultés associées au passé et les stratégies pour s'en défaire-

Tous les jeunes adultes affirment que leur vécu de violence psychologique intrafamiliale leur a laissé des difficultés qu'ils ont adressées à l'âge adulte. Ces difficultés se découpent en quatre éléments : des capacités qui n'ont pas été fortifiées dans le milieu familial, la peur de reproduire le passé, la gestion des émotions et la difficulté à faire confiance aux autres.

Pour ce qui est du premier aspect, les capacités à fortifier. Samantha explique :

«J'avais l'impression que des gens qui ne me connaissaient pas, d'emblée, me reflétaient des choses que je ne suis pas [...] je l'ai compris plus tard et j'ai réussi à le rééquilibrer plus tard. Mais, ça m'a suivi longtemps.» (Samantha). Toujours au plan social, Adam explique qu'il lui restait des capacités à fortifier :

J'ai eu au moins 25 ans avant de réaliser que c'est peut-être normal que je *rushe* dans telle et telle situation au niveau des habiletés sociales, c'est peut-être normal que je rushe au niveau de ma confiance en soi parce que j'ai un passé, j'ai une histoire, il y a eu du parentage qui était peut-être pas idéal quand j'étais jeune, sans que ce soit nécessairement juste du mauvais... » (Adam)

S'ils ont réussi à se développer dans leur milieu familial, il reste que ce milieu familial n'était pas optimal pour le faire. Pour leur part, Éloïse et Samantha, nomment qu'une fois qu'elles sont sorties du milieu familial, elles ont été responsables de leur subsistance et de composer avec leur passé, elles ont vécu un épuisement professionnel ou un trouble d'adaptation. Éloïse avait soin de sa mère et elle nomme avoir développé un modèle où elle se culpabilisait :

Le médecin m'a diagnostiqué un trouble de l'adaptation. J'ai arrêté de travailler, il faut dire que quand c'est arrivé, j'étais en fin de session. Moi évidemment, une personne comme moi, j'ai eu de la misère à l'accepter. Parce que premièrement, j'avais l'impression de mettre mon équipe dans le trouble (Éloïse).

Éloïse explique qu'elle travaille sur cette difficulté : «Le pattern de culpabilité, encore aujourd'hui, je travaille là-dessus.» (Éloïse) Elle a appris à éviter d'essayer d'être le « sauveur du monde », termes employés par deux jeunes adultes pour décrire une tendance à prendre trop de responsabilités au travail ou dans leur vie, à s'en mettre trop sur les épaules : « j'essaie de me distancer » (Éloïse).

Pour ce qui est du deuxième aspect des difficultés liées au passé, trois jeunes adultes déclarent avoir eu peur de reproduire certains aspects du passé ou avoir évité certaines situations interpersonnelles associées à leur vécu négatif. Éloïse, Alice et Samantha nomment toutes trois avoir eu des difficultés dans leurs relations avec les hommes. Éloïse et Alice mentionnent d'ailleurs avoir reproduit un vécu de violence conjugale : «Même si on s'aimait à s'en arracher le cœur, c'était très malsain [...] Il y a eu beaucoup de violence là-dedans aussi, mais tu sais, je reproduisais le schéma aussi que j'avais connu.» (Alice)

C'est la mère d'Alice, qui a été victime de violence conjugale elle aussi, qui a pu lui donner des trucs pour éviter de reproduire ce type de relation. Alice a pu trouver une façon d'établir des relations conjugales saines en considérant que la violence se produit en palier :

Tu vas aller plus haut, plus haut, jusqu'à tant que tu mettes une limite. Faque, c'est ça que je fais dans ma situation actuelle. On met des limites très claires, on monte pas plus haut que le 1 (rires). Puis, il n'est pas question qu'on monte plus haut que le 1, sinon moi je quitte l'endroit, ou je quitte l'appartement. Puis, on se reparlera quand on sera calme. (Alice)

Samantha, pour sa part, mentionne avoir eu une peur de reproduire le passé, dans sa relation à un homme et dans sa maternité. Si les échanges avec une personne aidante, qui a du vécu de son côté, peuvent aider à aborder les difficultés associées à la violence psychologique, tel qu'on l'a vu en 3.4, aller chercher d'autres modèles peut aussi aider à ne pas reproduire le passé. C'est dans un de ses emplois qu'elle a rencontré diverses collègues inspirantes : « Ces femmes-là je trouve [qu'elles] étaient des bons modèles pour ces choses-là. » (Samantha) Elle explique :

C'est possible d'avoir une relation saine, pis c'est pas juste cul-cul. Ça

peut durer, pis c'est quelque chose que je retrouve beaucoup dans ma relation avec Marc maintenant. Eh, oui ces femmes-là étaient inspirantes [...] elles essayaient d'éduquer différemment leurs enfants pis tout ça. Je pense que j'ai longtemps voulu ne pas avoir d'enfants par peur de reproduction de ce que j'ai vécu. Pis maintenant, je suis consciente que je peux avoir un effet différent (Samantha).

Le troisième aspect des difficultés rencontrées découlant du vécu de violence psychologique s'avère la gestion des émotions. Trois des participants déclarent avoir eu de la difficulté avec cette capacité : « Des fois je m'emballe vite et tout. Mais, je dis ça, mais je suis très interne dans mes émotions. » (Helena) et « C'est encore à travailler là, soyons honnêtes. Je ne suis pas madame "gestion des émotions". » (Helena) Sophia parle d'un mécanisme d'intellectualisation pour donner du sens à son vécu et Éloïse parle d'adresser ses émotions :

Par contre, avec ma psy, elle m'a amené la façon un petit peu différemment. Oui, la pensée positive et tout ça c'est correct, mais d'arrêter de faire comme si tout était une soupape, de mettre un bouchon sur toutes les émotions [...] De ne pas essayer de les contrôler, de faire : « bien là je vis ça, bien laisse-la dont aller l'émotion, le sentiment, l'émotion ou la peine, peu importe la colère ». (Éloïse)

Stella explique qu'elle a eu besoin de rencontrer des gens qui pouvaient l'aider à calmer ses émotions puisqu'elle a manqué de modèles pour apprendre à le faire durant sa jeunesse. Elle qualifie ses émotions de TPL puisqu'elle travaille maintenant à surmonter cette difficulté qu'il lui reste de sa jeunesse : « Parce que quand il nous arrive des coups durs, on n'a pas eu de parents pour nous réguler émotionnellement donc ça devient énorme. » (Stella)

Finalement, un quatrième aspect des difficultés qui perdurent à la suite de leur jeunesse tient des difficultés à faire confiance. Quatre jeunes adultes nomment ainsi

qu'ils ont de la difficulté à faire confiance. Stella parle d'ailleurs d'un trouble d'attachement découlant des nombreux abandons par des adultes dans sa jeunesse, dont les membres de sa famille élargie qui brisaient leur promesse de l'aider : « Le trouble d'attachement c'est à mon travail que j'ai découvert ça et que j'en avais un par la bande, que j'avais pas un attachement sécuritaire. » (Stella) Elle explique que ce problème lui fait filtrer les commentaires positifs.

Helena explique qu'elle a de la difficulté à faire confiance, hormis à son cercle d'amis de longue date, mais qu'elle travaille pour apprendre à faire confiance davantage : « J'ai encore la confiance difficile. » (Helena). Elle souligne :

Benoît, c'est la première et seule personne avec qui j'ai dérogé de ça, qui a comme atteint la mèche... j'ai décidé de prolonger ma mèche, ce qui a été vraiment difficile et qui demande encore du travail d'introspection, mais qui est en processus. (Helena)

Ce que nous pouvons constater des difficultés qu'il reste, c'est que les jeunes n'ont pas intériorisé le vécu de violence. Aucun jeune n'identifie avoir été l'origine de la violence qu'il a vécue, aucun jeune ne minimise les effets de la violence ou ne juge la violence acceptable. Ils ont une vision saine de cette dernière. Ils se sont occupés des émotions de leurs parents durant la majorité de leur jeunesse et à l'âge adulte, ils réalisent qu'ils doivent s'assurer d'avoir une saine gestion des émotions. Ils ont vécu des bris de confiance, ils réalisent qu'ils ont des difficultés avec la confiance, mais comme nous le verrons, ils continuent à nouer de nouvelles relations aidantes et positives malgré cette difficulté.

4.4.3 Les relations affectives dans leur vie actuelle

Si tous les jeunes adultes sont sociables et socialisent dans les milieux qu'ils fréquentent, ils mentionnent que les relations qui leur sont proches font l'objet d'un choix :

Moi j'aime ça les choses de qualité, j'aime ça bâtir des choses de qualité et solides, mais c'est long, ça prend beaucoup de temps. Alors, j'aime mieux avoir trois ou quatre amis proches et quelques connaissances, que 25 amis proches... Je ne peux pas faire ça. (Éloïse)

Tous les jeunes adultes ont maintenant des relations satisfaisantes, des relations qui perdurent dans le temps. Ce sont des relations dans lesquelles ils peuvent se confier et trouver de la satisfaction. Samantha explique qu'une différence dans les relations adultes tient de l'authenticité, ce qui lui a permis de faire l'expérience d'une certaine pérennité des relations : « J'ai essayé beaucoup dans mes relations de jeune, c'est peut-être ce qui fait que j'ai perdu des gens... J'ai essayé de plaire beaucoup. » (Samantha)

Tandis qu'au cégep, à partir du cégep, je suis vraiment sortie de tout ça. J'ai commencé une vie complètement différente. Puis là, j'ai développé des relations qui durent dans le temps, parce que j'ai pu être fidèle à moi-même, en lien avec mes valeurs pis tout ça. (Samantha)

La plupart des jeunes adultes sont également conscients qu'ils peuvent faire une différence dans la vie d'autrui, soulignant qu'ils ont pu aider leur mère ou des amis. Les jeunes adultes parlent tous de la mutualité du soutien qui s'est installée à travers diverses relations, même s'ils ne le réalisent pas toujours. Pour Alice : « À travers toutes mes relations d'amitié. Une relation d'amitié, c'est tu reçois, tu donnes [...] on

apporte tous quelque chose à quelqu'un. Dès qu'on entre en relation, de sourire à un inconnu dans la rue, on apporte quelque chose à cette personne.» (Alice). Stella explique de son côté :

Je pense que j'ai eu de l'impact sur mes amis. (Dominique) et John me l'ont dit, que ma vie a... Leur vie ne serait pas pareille sans moi et que je comptais beaucoup. Ma mère m'a déjà dit que je lui avais sauvé la vie en allant tout le temps appeler la police. Hm, c'est plus durant la vie adulte qu'on me l'a dit, que je l'ai ressenti. Mais, c'est très ténu. Des fois j'ai l'impression encore que j'ai pas d'impact sur les autres. (Stella)

Finalement, les jeunes adultes qui sont en couple trouvent un lieu de soutien, d'encouragements et d'échange dans leur relation avec un partenaire qui leur reflète des capacités alors qu'il étudie à l'université lui aussi :

Ce qui fait que ça aussi, c'est vraiment le fun parce que je parle toujours de mes trucs à l'école, tu sais, puis il m'encourage tellement. Il est comme « ah tu es tellement intelligente », je suis comme « ok arrête là, je ne le suis pas tant », lui il est vraiment intelligent, moi j'aime, je suis très sapiosexuelle là. (Sophia)

C'est lors du passage à la vie adulte que les jeunes adultes rapportent qu'ils peuvent maintenant être authentiques, faire l'expérience d'une certaine pérennité relationnelle et de soutien mutuel.

4.4.4 La réalisation de soi par les relations, la carrière ou les réussites

Nous avons également demandé aux jeunes adultes de parler de ce qui leur a permis de maintenir leur confiance en soi et de sentir qu'ils se sont accomplis. Les réponses tournaient autour des relations, des carrières, des réussites scolaires ou de leur

capacité à prendre soin d'eux.

Tout d'abord, les relations peuvent aider à maintenir la confiance en soi, par le bien-être affectif qu'elles amènent tout comme par le reflet de capacités :

Ouais. Bien, c'est à peu près les mêmes personnes : (Sophie), les intervenants, des choses comme ça, certains profs qui m'ont dit que j'avais des capacités ou qui m'ont laissé sentir que j'en avais. Puis finalement, je me suis mise à y croire aussi. Puis, c'est un petit peu tout ce qui est la culture pop aussi, certaines stars disent que si on a un rêve, il faut le poursuivre. Veux, veux pas, à 14 ans on y croit. Finalement, ça a aidé aussi dans une certaine mesure. (Stella)

Alors qu'ils entrent en relation, les jeunes adultes rapportent aussi qu'ils peuvent sentir qu'ils comptent, qu'ils font une différence dans la vie d'autrui :

Bien, je pense que mon expérience me sert en relation d'aide en général. [...] Ça m'a permis aussi... Les filles ont toutes des familles le *fun*, mais de grandir avec moi, ça a aussi permis à elle de voir qu'il y avait autre chose et que ce n'est pas parce que tu viens d'un milieu défavorisé que t'es pas une personne qui est capable d'être cultivée, d'avoir du sens, d'être agréable ou que t'as pas d'affinités avec ces personnes-là. (Helena)

Ensuite, la carrière peut contribuer à la confiance en soi d'une façon similaire selon Samantha. Pour autant qu'ils avaient besoin d'être appréciés et d'être en relation durant leur jeunesse, il y a ce besoin de pouvoir faire une différence dans la vie d'autrui qui se concrétise par la relation d'aide à l'âge adulte. Samantha explique : «Bien moi, pour moi, c'est vraiment au cégep. Dans le sentir que je ne travaillerais pas juste pour travailler, que je pourrais avoir un effet sur la société, que je pourrais contribuer sur ce qui se passe dans le monde.» (Samantha)

Pour ce qui est des réussites scolaires, même si plusieurs ont dû composer avec des difficultés initiales sur le plan scolaire, tous les jeunes adultes de cette recherche ont pu faire des études universitaires. Leurs réussites académiques les ont aidés pour leur confiance en soi, c'est un reflet de leurs capacités, de leur potentiel. Adam et Éloïse expliquent ainsi leur confiance en soi par la reconnaissance de leurs capacités en milieu académique :

Mais, même si des fois on n'a pas l'air à recevoir, c'est sûr que chaque fois qu'on m'a souligné des bons coups, chaque fois qu'on m'a dit « c'est pas ta faute ». Chaque fois qu'on m'a, chaque fois que j'ai eu un diplôme. [...] c'est pas la grosse fierté, mais veut veut pas, c'est je l'ai fait... Alors que j'avais de la misère à faire 2 +2 fait 4, il y a 15 ans. (Éloïse)

Enfin, prendre soin de soi peut permettre d'accroître sa confiance en soi, qu'il s'agisse du sport pour Éloïse, ou de changer son cadre de référence sur sa vie pour Alice :

Je pense que c'est en continuant, en croyant, à travers tout mon cheminement, en croyant aux gens et en continuant à avoir confiance. Hm, j'ai fait beaucoup de travail sur moi, je l'ai pas beaucoup nommé, mais j'ai été plus que ces petites rencontres de psy pour vrai, j'ai vu beaucoup beaucoup de psys. Différents trucs aussi, je travaille beaucoup sur moi, je fais beaucoup d'introspection [...] Le fait de travailler et de pouvoir aider les gens au travail, le fait de développer toujours des belles relations, puis, je pense, de développer mon côté spirituel aussi, ça m'a aidé à avoir confiance en la vie. Tu sais, moi j'ai certaines croyances qu'il y a un destin, qu'il n'y a rien qui arrive pour rien. Développer ce côté spirituel m'a aidée aussi. (Alice)

Nous pouvons donc constater que la confiance en soi se construit activement, qu'elle passe par des relations, par la carrière, par les réussites scolaires et par les efforts pour prendre soin de soi.

4.4.5 Devenir résilient, un processus revisité

Pour les jeunes adultes de cette recherche, la résilience demeure un processus qui est difficile à bien définir et à bien délimiter. Trois se demandent même s'ils ont complètement atteint la résilience au moment de l'entretien, alors que tous revoient les multiples aspects de leur expérience qui ont pu contribuer à leur résilience actuelle. Nous dénombrons quatre aspects à cette résilience : pragmatique, individuel, relationnel et le sens qu'ils trouvent à leur vécu. Pour ce qui est de l'aspect pragmatique, Adam explique d'abord qu'il s'évadait par son cheminement académique :

Je me suis comme évadé dans l'académique, j'aimais l'école, je faisais mes devoirs, j'étais vraiment intéressé là-dedans. Ça, ça m'a permis une résilience, je pense. Parce que ça faisait en sorte que c'était des pauses de ma vie parentifiée, j'allais à l'école et là je peux juste faire ma journée, faire mes choses d'enfants, je suis stimulé, j'apprends. Étant donné que c'est positif, là j'espère des choses pour ma vie. (Adam)

Il pouvait ainsi se projeter, mais pour autant qu'Adam fût parentifié, il s'arrimait aussi à l'amour de sa mère :

Je le sais pas si j'ai eu une stratégie différente de ce que normalement n'importe qui aurait eu dans cette situation-là. Tsais c'est sûr que, je pense que j'ai été, il y a quelque chose qui a favorisé la résilience, sans dire exactement comment j'ai été résilient... Le fait que j'ai toujours senti que ma mère, elle m'aimait. Tsais, j'ai... Ça a été une violence de me parentifier comme ça, mais j'ai pas senti d'abandon affectif profond. (Adam)

Quatre jeunes adultes décrivent également comment des relations peuvent permettre d'aller à la rencontre de leurs besoins, ou comment sortir de leur milieu fut aidant : «Sortir de son milieu. Sortir de son milieu parce qu'elle ne pourra pas être résiliente

tant qu'elle est exposée à la violence.» (Stella) Elle explique ses démarches pour assurer sa santé et son bien-être : «Il faut aller en thérapie, il faut s'entourer de bonnes personnes, de personnes qui nous nourrissent, il faut faire le tri dans nos relations, c'est nécessaire. C'est vraiment nécessaire.» (Stella)

Pour ce qui est de se construire en accord avec ses valeurs, Stella explique également qu'elle a pu trouver de la résilience en suivant ses besoins, ses valeurs et ses croyances, même si elles les menaient vers un autre pays :

Je ne sais pas si ça rentre comme une personne, mais le Québec, en tant que tel, est un énorme facteur de résilience. Ça m'a complètement sauvée, je pense que si je ne me suis pas suicidée c'est en partie parce que je me disais « ah, peut-être que tu vas pouvoir vivre au Québec un moment donné, ça va être mieux ». (Stella)

En deuxième lieu, la résilience passe aussi par un aspect individuel, soit par le développement de la personnalité, par un avancement vers l'amélioration de leur vie ou par des réflexions. Pour ce qui est de la personnalité, on parle d'un tempérament qui n'est pas porté à se mettre en danger : « La personnalité que j'ai eue aussi en très bas âge qui m'a peut-être aidée à ne pas faire trop de conneries [...] Faque ça a été comme un facteur de protection. » (Éloïse) Éloïse parle aussi de l'amélioration de sa vie :

Je ne trouve pas ça si évident de définir la résilience. Bref, qu'est-ce qu'on peut faire pour essayer d'améliorer sa vie, la condition physique, de santé mentale [...], mais le sport, pour moi c'est une façon d'être résiliente dans ma vie parce que ça me permet d'atteindre autre chose, d'atteindre un bien-être que je n'aurais pas si je ne faisais pas ça. (Éloïse)

Il n'y a pas qu'une question de tempérament, de personnalité, de persévérance ou de motivation, il y a aussi des réflexions qui amènent une réflexion sur sa capacité à

dépasser son vécu et à trouver l'équilibre ou le bien-être émotionnel. Samantha commence : «Bien la résilience, c'est un peu l'acceptation, la compréhension, la clôture, je pense. La capacité à passer à autre chose [...] il y a vraiment une boucle qui s'est bouclée dans les dernières années.» (Samantha). Elle conclue : «J'ai une espèce de sérénité intérieure de façon relationnelle aussi. Faque je suis beaucoup moins réactive, il y a moins de choses qui me réévoquent mon vécu... Avant, c'était des touches plus faciles à toucher peut-être dans mes interactions.» (Samantha)

En troisième lieu, la résilience a un aspect relationnel, c'est-à-dire que les relations peuvent faire une différence pour aider la personne à trouver du sens à son vécu, à se construire en l'intégrant et en puisant de celui-ci. Elles peuvent servir de modèles pour se réaliser ou pour leur refléter de capacités. Samantha l'explique : «Je suis très consciente qu'il n'y a rien qui part de rien, qu'on est la somme de nos expériences, de nos relations. Pis, j'ai toujours apporté un gros accent sur les relations, pour moi, c'est ça le plus important dans ma vie. [...]Moi, pour moi dans ma vie c'est d'être bien entouré, l'essentiel.» (Samantha). Elle continue :

Dans la relation d'aide, dans côtoyer des intervenants, ça a été des modèles pour moi... Pour structurer qu'est-ce que j'allais faire avec ça, au lieu de « voici mon vécu », mais « qu'est-ce que je fais avec mon vécu maintenant » et comment j'organise ma vie après. Comment je choisis mes relations ? (Samantha)

Les relations contribuent à la résilience du jeune adulte lorsqu'elles lui reflètent des capacités : « J'ai croisé des gens. Je pense que j'ai vu que j'étais intelligente pis au niveau de la stimulation aussi. » (Sophia) Elle explique :

Je ne me suis pas tant confiée, mais il ne faut pas rester dans le silence non plus, mais en même temps tu sais, je sais même pas si, je pense que tous ces gens-là que j'ai croisés je sais même pas s'ils savent, qu'il y a

une petite phrase là, tu sais. J'aimerais ça leur dire là, je ne me rappelle pas de leurs noms, mais tu sais. « Est-ce que tu sais que quand tu m'as dit ça, [...] ça a contribué. Est-ce que tu sais là, que comme encore aujourd'hui, à (son âge), des fois je me dis : « Ah ben, je suis pas conne, j'ai une autre manière. » (Sophia)

Enfin, la résilience est également un processus qui est associé à la recherche de sens quant à son vécu :

C'est d'avoir les capacités d'adaptation, si je peux définir comme ça, faire face à la situation que tu vis. Oui, de la vivre intensément, d'être très difficile, mais d'être capable de rebondir là-dessus et de continuer, de continuer tout le temps. Puis oui j'ai failli abandonner, pour moi c'est un abandon un peu le fait de vouloir se tuer, j'ai failli passer à l'acte pour vrai et de le réussir, mais finalement j'ai été capable de passer à travers tout ça, de passer à travers ma dépression, toutes mes difficultés vécues à la maison, puis trouver un sens à tout ça et de trouver un sens à la vie. Puis, la résilience, pour moi ça se vit au quotidien, oui OK j'ai un bagage, oui OK j'ai une histoire et des difficultés qui viennent à tout ça. Mais, j'en suis consciente et je continue ma vie et je continue d'avancer jour après jour, malgré tout ça [...] et je continue à vouloir être intervenante (rires), je continue à aider, à faire confiance, je continue à me péter la gueule, mais à me relever et d'aimer la vie. (Alice)

Nous pouvons donc voir que la résilience ne se construit pas en un chemin universel. Elle peut tenir de différents aspects (pragmatique, individuelle, relationnelle et de sens) qui permettent au jeune adulte de sentir qu'il a passé au travers de l'adversité, qu'il est conscient des difficultés qui en résultent et qu'il travaille activement à les dépasser ou à les enrayer.

En résumé, on a pu voir comment de jeunes adultes ont pu devenir résilients dans un contexte familial où il y avait de multiples difficultés. Même si le milieu familial affecte négativement les opportunités relationnelles, tous les jeunes de cette recherche ont pu trouver des personnes significatives qui comblaient leurs besoins affectifs et qui les aidaient à se développer. Ils ont aussi réussi à s'entourer de relations positives.

Ils ont vécu de la violence psychologique intrafamiliale et, alors qu'ils ne pouvaient pas s'en extraire vu leur statut de mineur, ils vivaient des effets négatifs et de la souffrance découlant de celle-ci. Le silence semblait parfois nécessaire dans le contexte, mais ils devaient éviter d'intérioriser ce vécu et ce sont leurs relations avec des personnes significatives qui les aidaient à éviter cette difficulté. Même lorsqu'ils vivaient dans leur milieu familial, ils ont développé des stratégies pour se soustraire du vécu de violence, ne fût-ce que quelques heures dans leur quotidien. En outre, ils se construisaient toujours à travers des relations et par celles-ci, ils ont développé des capacités. Ultiment, ils ont pu trouver un sens à leur vécu et devenir résilients, en se développant sur le plan relationnel.

CHAPITRE V

DISCUSSION DES RÉSULTATS

Ce chapitre vise à analyser et à interpréter les résultats présentés dans le chapitre précédent. Nous cherchons plus précisément à comprendre les liens entre les résultats obtenus et ce qu'ils impliquent pour la compréhension de la résilience en contexte de violence psychologique intrafamiliale. Nous présenterons donc l'analyse des résultats en deux grandes sections : 1) les difficultés du milieu familial, les opportunités relationnelles et les contributions des personnes significatives au développement du jeune et 2) l'apaisement, les relations aidantes en contexte de violence psychologique intrafamiliale et le sens donné à leur vécu et à leur résilience.

5.1 Les difficultés du milieu familial, les opportunités relationnelles et les contributions des personnes significatives à la résilience du jeune

Les personnes significatives présentes durant la jeunesse des jeunes adultes varient selon le contexte familial. Le contexte familial englobe les difficultés présentes dans la famille immédiate et les relations avec la fratrie, les beaux-parents, la famille élargie et les amis de la famille. Ce contexte semble contribuer à l'importance et à la signification des diverses relations (amis, enseignants, intervenants) pour le jeune, mais aussi à la fréquence de leur implication. En lien avec l'opérationnalisation de la résilience pour cette recherche, on s'intéressait d'abord aux personnes significatives

qui ont contribué au développement du jeune (ses apprentissages, ses forces, ses stratégies adaptatives, son identité). La famille contribue au développement du jeune pour plusieurs, sur certains aspects, mais des contributions importantes à leur développement proviennent de personnes significatives à l'extérieur de leur milieu familial et le contexte de la famille affectait l'accès à ces personnes significatives.

5.1.1 Le contexte familial et ses implications sur les plans relationnel et social

Le premier objectif de cette recherche visait à rencontrer les personnes significatives présentes durant la jeunesse des participants. Lors des entretiens, alors que les participants identifiaient de nombreuses personnes significatives en construisant leur ligne chronologique durant l'entrevue, ils les introduisaient en les mettant en relation avec leur contexte familial, puisque celui-ci façonnait les opportunités relationnelles. Pour cette raison, nous avons présenté le contexte familial dans cette recherche en cherchant à faire ressortir les difficultés qu'il amenait et en quoi ces dernières affectaient les opportunités relationnelles des jeunes.

Une difficulté commune aux familles des participants à cette recherche semble tenir du manque de soutien matériel, physique, émotionnel ou lié à la parentalité (qu'il s'agisse de relations tendues avec la famille élargie, de l'absence d'amis de parents qui s'impliqueraient auprès de leurs jeunes ou d'aide thérapeutique qui est absente). Cette réalité accroît le risque que le jeune soit exposé à des pratiques parentales psychologiquement violentes (Ungar et Liebenberg, 2011). Toutefois, ce n'est pas le seul élément associé aux difficultés de la famille qui fragilise le jeune au regard des études sur la violence intrafamiliale. Les parents semblent être seuls avec les émotions que suscitent leurs difficultés (pouvant aller jusqu'à la maladie mentale ou la toxicomanie) et ces émotions débordent dans le milieu familial (Chamberland *et al*,

2007 ; Duhamel et Fortin, 2004 ; Lavergne *et al*, 2011). C'est le jeune qui se voit alors hériter de responsabilités excessives : être le confident d'un parent, garder un cadet au détriment de ses études, s'occuper d'un cadet ou de la famille tel un parent. Il s'agit d'une parentification qui crée du stress pour les jeunes de cette recherche. Certains nomment qu'il s'agissait de responsabilités qui dépassaient largement les tâches appropriées pour leur âge et que s'ils se sentaient parfois gratifiés d'être traités comme un adulte, le revers de cette réalité c'est qu'ils se sentaient surtout mal outillés pour l'accomplir vu leur jeune âge. Qui plus est, plusieurs couples parentaux se sont séparés, ce qui impliquait la perte du support physique quotidien d'un conjoint, l'expérience de nouvelles relations de couple qui peuvent inclure de la violence conjugale ou un beau-parent violent envers les enfants du parent. Pour la plupart, les parents ont aussi un passé avec la violence, ce qui explique peut-être la normalisation de cette dernière dans leur couple ou dans leur parentalité : plusieurs ont vécu de la violence eux-mêmes soit par un parent violent ou par un conjoint violent (Lavergne *et al*, 2011 ; Alaggia et Vine, 2006). Plusieurs parents avaient des emplois peu rémunérés et certains tentaient d'y remédier par la formation ou la recherche d'emploi, ce qui jouait sur leur disponibilité affective et sur l'encadrement offert aux jeunes. Ces parents vivaient majoritairement dans des quartiers difficiles en raison de leur précarité financière liée à leur emploi ou à la toxicomanie. Ces quartiers offraient peu de soutien. On entend par quartiers difficiles des quartiers où il y a une agglomération de problèmes (Coulton *et al*, 2007), un contexte qui offre peu de modèles positifs aux jeunes pour s'en sortir et les amener à croire qu'ils auront du pouvoir sur leur vie plus tard en s'inspirant des gens du quartier : Stella illustre cette réalité lorsqu'elle décrit son quartier comme étant «ghetto». Quatre familles ont également vécu des déménagements fréquents. Les jeunes vivaient les difficultés de la famille, même si certains déclarent avoir pu développer des forces. À cet effet, on pense à Samantha et Sophia qui mentionnent avoir développé des traits de caractère « fonceurs » ou « déterminés » en observant leur père composer avec des difficultés. Il reste que la famille vit un certain manque de soutien quant à ses difficultés, qu'elle

est relativement repliée sur elle et il y a peu de ressources sur leur chemin pour remédier à la situation.

Ce contexte familial a eu un effet sur les opportunités relationnelles des jeunes de cette recherche : il les diminuait et il affectait la stabilité des relations. Les personnes significatives de leur jeunesse sont majoritairement des amis, des amis du voisinage ou des familles d'amis, des enseignants, des amoureux, des intervenants et des grands-parents. Nous pouvons observer que les difficultés de la famille ont eu un effet réel sur les opportunités relationnelles, alors que les jeunes rapportent : 1) des cassures dans la fratrie quand un membre de celle-ci doit quitter le milieu familial, 2) des amitiés façonnées par le contexte (fragiles lorsque les déménagements sont fréquents, des amis qui sont rarement invités chez eux vu l'imprévisibilité dans le milieu ou des sorties avec des amis tardives lorsqu'il n'y a pas de cadre à la maison), et 3) la motivation scolaire doit partir du milieu scolaire puisque les parents n'encouragent pas le jeune à aller à l'école. Nous savons que cette instabilité relationnelle diminue la probabilité que le jeune devienne résilient (Heller *et al*, 1999; DuMont *et al*, 2007; Marriott *et al*, 2013). Heureusement pour les jeunes de cette recherche, ceux qui déménageaient souvent dans des quartiers différents, qui devaient refaire leur cercle d'amis après quelques années, étaient investis et valorisés dans le milieu scolaire. Malgré l'angoisse de devoir être le nouvel élève fréquemment, ils aimaient l'école. Ce milieu, peu importe le quartier, demeurait un milieu qui contribuait de façon déterminante et décisive à leur développement et qui a joué un rôle protecteur quant aux difficultés dans la famille.

5.1.2 Le développement de la résilience du jeune auprès de personnes significatives

Lorsque nous demandions aux jeunes adultes d'identifier les personnes significatives

présentes durant leur jeunesse, nous les laissons définir ce qui constitue pour eux une personne significative, en demandant seulement que les personnes identifiées aient contribué à leur développement durant leur jeunesse selon eux. Nous désirions ainsi rester près de notre opérationnalisation de la résilience, où on s'intéresse d'abord aux contributions des personnes significatives au développement (les apprentissages, les forces, les stratégies adaptatives et les attitudes dans la vie ou devant l'adversité), plus tard à la mise en action de ces acquis devant l'adversité qu'est la violence psychologique intrafamiliale et aux stratégies déployées face à celle-ci (on voulait déterminer si elles ont été construites ou fortifiées dans les expériences relationnelles passées) et finalement aux dynamiques relationnelles qui permettent de faciliter la résilience dans ce contexte. Pour un échantillon de sept participants, plus de 200 personnes significatives ont été identifiées, mais en moyenne, il n'y avait qu'une douzaine de personnes significatives qui était abordées en entretien, qui étaient identifiées comme ayant fait une contribution précise à leur développement plutôt que comme présence dans leurs différents milieux de vie. Certaines de ces personnes significatives ont non seulement contribué au développement du jeune, mais elles étaient présentes alors qu'il vivait l'adversité qu'est la violence psychologique intrafamiliale et elles ont su développer des relations médiatrices de résilience avec les jeunes; un aspect des personnes significatives qu'on réfère plutôt en 5.2. Dans cette première section de la discussion, on débute donc l'analyse des résultats en s'intéressant d'abord aux contributions des personnes significatives vers le développement du jeune, vers : les apprentissages, les forces, les stratégies adaptatives, l'identité, la socialisation et le développement affectif.

Dans leur contexte familial, les jeunes adultes ont rapporté que les personnes significatives durant leur jeunesse proviennent de ces milieux : le milieu scolaire, les amitiés, les amours et les relations d'aide. Pour répondre au deuxième objectif de cette recherche, nous cherchions à déterminer comment ces personnes significatives ont contribué au développement des jeunes. Qu'il s'agisse d'adultes significatifs ou de

pairs, les jeunes faisaient des activités et se découvraient dans celles-ci, ce qui était déterminant pour leur développement. Pour la plupart, ils n'effectuaient pas d'activités avec leurs parents en raison des difficultés de ces derniers. Lorsque des personnes s'adonnaient à des activités avec eux, ils créaient des moments mémorables, et les intérêts ainsi créés ont perduré dans le temps. Nous verrons donc ici les contributions de ces différents milieux.

Tout d'abord, pour ce qui est du milieu scolaire, il s'agit d'un milieu qui offre des connaissances permettant de s'ouvrir sur le monde. Il permet également aux jeunes de confronter leurs valeurs, de rencontrer des modèles professionnels et, plus particulièrement, d'être valorisés. Ce ne sont toutefois pas tous les jeunes qui sont valorisés dans ce milieu avant l'adolescence ; il semble que les jeunes qui ont des difficultés scolaires ou académiques, ou qui déménagent souvent, sont investis plus rapidement par les enseignants dans leur parcours. Les études scientifiques permettent de comprendre l'importance du milieu scolaire rapportée par différents jeunes : les jeunes ont besoin d'être stimulés et de développer des compétences (Cotterell, 2013). Faircloth et Hamm (2005, cité dans Cotterell, 2013) vont plus loin en expliquant qu'il y a un lien entre la motivation et l'accomplissement et que ce lien est possible par l'attachement qui se crée avec un enseignant. Nous constatons donc que pour cette recherche, les jeunes cherchaient à rencontrer des adultes significatifs, qu'être investi par des enseignants ou des membres du personnel scolaire leur permettait de se sentir valorisés, de se construire. Les jeunes adultes ont souligné que les enseignants qui les investissaient mettaient la barre haute, ce qui les encourageait à reconnaître leurs capacités. Cet effet est reconnu dans les études à ce sujet (Hendry *et al*, 1999, cité dans Cotterell, 2013). Pour la plupart des jeunes, le milieu scolaire était vu comme un endroit sécuritaire, où ils pouvaient être enfants puisqu'il y avait un cadre autour d'eux. La plupart des jeunes ont rapporté qu'il n'y avait pas de cadre chez eux et ils le vivaient négativement, ils ne trouvaient pas d'adultes pour les rassurer dans ce

contexte. Ce cadre peut aussi permettre au jeune de performer et de sentir qu'il possède un certain pouvoir sur sa vie. Si on se fie aux propos de Michael Ungar (2016) en lien avec le cadre offert par l'école, celui-ci peut peut-être expliquer comment l'école contribue à la résilience même dans le contexte d'un désastre naturel. Le milieu scolaire a été un facteur de protection contribuant à la résilience des jeunes à la suite du tsunami au Japon, alors que les autorités avaient organisé un retour vers l'école rapide pour que les jeunes maintiennent un sentiment d'espoir et d'un futur académique (Ungar, 2016).

Pour ce qui est des amitiés et des amours, leurs contributions s'arriment autour du soutien émotionnel et du développement mutuel de leurs capacités. L'expérience des amitiés durant la jeunesse commence par le jeu (où ils peuvent développer des habiletés sociales, par exemple l'esprit d'équipe) durant l'enfance. Les amitiés se décuplent à l'adolescence : ils font des expérimentations, ils commencent à s'ouvrir sur leur vécu affectif, bien qu'il reste difficile de parler du vécu de violence intrafamiliale, à moins que les relations ne soient assez fortes pour offrir du soutien pour de telles difficultés. Le lien entre le soutien et le développement de la personne est déjà connu dans les études, on lui crédite des effets quant au bien-être de l'individu (Caron et Guay, 2005) ou à son ajustement (Runtz et al, 1997). La littérature sur les relations qui permettent de développer la résilience rapportait que le soutien social vient avec un revers, que les jeunes peuvent se percevoir négativement s'ils en font l'objet (Feiring et al, 1998, cité dans Marriott et al, 2013). C'est également ce qu'on rencontrait dans cette recherche et c'était un obstacle à aborder le vécu, les jeunes voulaient être égaux aux autres. Ultimement, les amitiés et les amours leur permettent de se développer au plan identitaire, de développer leur personnalité et leurs valeurs en en faisant l'expérience avec d'autres jeunes.

Nous nous intéressons ensuite aux relations d'aide. Tous affirment qu'ils préféreraient

que les adultes autour d'eux viennent vers eux pour leur offrir de l'aide, mais quatre ont réussi à faire des démarches pour aller chercher de l'aide auprès de professionnels scolaires durant leur jeunesse. Parler de leur vécu de violence psychologique intrafamiliale était compliqué par différents obstacles (la loyauté à un parent, la loyauté dans la famille, le secret de famille ou l'interdit explicite d'un parent que le jeune parle de la situation familiale). Ceux qui ont pu obtenir de l'aide sont les jeunes adultes qui ne jugeaient pas leur vécu normal ou qui ne l'intériorisaient pas durant leur jeunesse (les quatre avaient des grands-parents qui les accueillait chez eux régulièrement et qui ne normalisaient pas les pratiques parentales de leurs parents). Ils ont rencontré deux postures auprès de ces professionnels : une centrée sur le statut de mineur du jeune (l'inclinaison à collecter leur histoire pour ouvrir un dialogue avec un parent sur la situation familiale, pour monter un dossier, pour remplir un mandat) et une centrée sur le jeune (incluant de la validation de sa souffrance, du soutien, le lien de confiance, de l'écoute, de la chaleur). La première était rencontrée entre autres avec la DPJ pour Stella et Éloïse et cet organisme n'a donc pas pu les aider quant à leur vécu. Toutefois, c'est la posture thérapeutique centrée sur le jeune qui crée des relations aidantes : celles-ci ont été rencontrées auprès de travailleurs sociaux ou de psychologues scolaires par Alice, Éloïse et Stella. Dans la littérature sur la résilience, cette posture se rapproche de la résilience assistée, soit des interventions empathiques centrées sur les forces du jeune, sur le développement de ses potentialités et de sa personne (estime de soi), tout en évaluant les ressources présentes autour de lui pour le soutenir (Ionescu, 2015).

Dans l'ensemble, ces relations contribuent à leurs valeurs, à leurs capacités et à leur personnalité. Ce sont des relations qui ont une importance sur le plan affectif. Nous concluons cette section en mentionnant qu'en étant présentes dans leur quotidien, en faisant des activités avec eux, ces relations ont contribué à leurs intérêts (qui demeurent constants même à l'âge adulte). Ces intérêts étaient mis à profit pour

trouver de l'apaisement quant à leur vécu de violence psychologique intrafamiliale, de l'évasion ou pour sortir du milieu familial à travers des activités et pour se construire. Même lorsqu'ils ne vivent plus de violence, les jeunes ressentent des bénéfices de ces intérêts et les maintiennent à l'âge adulte en tant que partie de leur identité. Tout cela leur a permis d'être fidèles à eux-mêmes alors qu'ils développaient leur résilience. Dans la littérature sur l'émergence de la résilience, on dénote que faire de telles activités peut contribuer au développement de soi, de leur représentation d'eux-mêmes et du monde, ce qui leur permet d'aborder ces réalités positivement (Heller *et al*, 1999).

En résumé, les difficultés présentes dans le contexte familial ont influencé l'accès à des personnes significatives. Les contributions des personnes significatives créent du sens au regard de ce contexte familial difficile, ces personnes pourvoient aux besoins qui n'étaient pas rencontrés dans le milieu familial, soit : un cadre, de la valorisation, du soutien, de l'aide, des activités et des intérêts. Si nous avons vu au point 1.4 que les relations médiatrices de résilience peuvent inclure des personnes significatives dans la littérature entourant l'adversité familiale, nous constatons ici qu'elles permettent le développement du jeune dans le contexte spécifique de la violence psychologique intrafamiliale. Il y a un lien entre un développement sain et la résilience (Anderson, 2010; Marriott *et al*, 2013). Peut-être les relations médiatrices de résilience peuvent-elles comprendre des relations qui ne sont pas réciproques, qui sont unidirectionnelles. À travers leurs diverses relations, les jeunes adultes ont réussi à se développer sur les plans psychosocial et identitaire.

5.2 La violence psychologique intrafamiliale et ses effets

Pour cette recherche, nous voulions explorer comment des personnes significatives ont pu être des relations médiatrices de résilience en contexte de violence

psychologique intrafamiliale. Pour y parvenir, nous devons d'abord comprendre ce contexte de violence. Comment des jeunes adultes ayant grandi en contexte de violence psychologique définissent-ils la violence psychologique et quelles conduites parentales jugent-ils psychologiquement violentes?

De plus, dans le cadre conceptuel nous avons vu comment il est difficile de délimiter la violence psychologique intrafamiliale à des catégories closes et bien définies. D'ailleurs, nous nous étions résolus à la définir par trois grands types d'actes qui englobent de nombreuses pratiques parentales violentes : les actes commis, les actes omis (intentionnels ou non) et les habitudes de vie (Gagné, 2001, p.76). Les conduites psychologiquement violentes comprises dans ces trois catégories sont nombreuses : Gagné *et al.* (2003) en dénombraient 43 lorsqu'ils ont construit l'Inventaire des conduites parentales psychologiquement violentes (ICPPV). Il n'est donc pas surprenant que pour cette recherche, nous ayons dénombré six grandes catégories de conduites parentales psychologiquement violentes, soit : 1) les communications violentes, le dénigrement et les insultes, 2) les demandes excessives et sévères, les colères et la gestion des émotions difficile, 3) les responsabilités excessives et la parentification, 4) la négligence et le manque de chaleur parentale, 5) le rejet du jeune et 6) la culpabilisation et le pattern de culpabilité. Pour les jeunes de cette recherche, il y avait souvent la présence de formes de violence intrafamiliale multiples durant leur jeunesse, mais nous nous concentrons ici sur la violence psychologique intrafamiliale. Les conduites psychologiquement violentes identifiées ont des similarités avec celles recensées dans d'autres recherches sur le sujet (mentionnées plus haut), mais ce qu'elles ont de particulier, dans ce cas-ci, c'est qu'elles sont introduites en les associant à une description de la souffrance qu'elles occasionnent pour celui qui la vit.

C'est un aspect de la violence qui, pour des raisons éthiques évidentes, est impossible

à explorer de façon délibérée. Nous ne pourrions jamais demander aux participants ce qu'ils ont ressenti en vivant de la violence psychologique intrafamiliale, puisque cette question leur causerait de la souffrance. Par contre, les participants de cette recherche ont tous un sens de l'introspection affûté ainsi qu'un processus de mentalisation aguerrit quant à leur vécu. Spontanément, le fait de présenter la violence qu'ils ont vécue en la liant à ce qu'ils ont ressenti alors s'avérait quelque chose de sensé. C'est ce qui a permis de dégager quatre aspects du vécu particulièrement dommageables de la violence psychologique. Tout d'abord un aspect associé à la violence psychologique commise, soit des communications violentes qu'ont subi trois jeunes adultes de cet échantillon. Ensuite, les aspects qui s'appliquent à tous les jeunes de l'échantillon, sans égard pour la forme de la violence psychologique subie. Le premier aspect tient de l'atteinte à l'image de soi, d'un mal-être quant à son apparence ou son intelligence, critiquée pour trois des jeunes, deux d'entre eux ayant d'ailleurs eu un trouble alimentaire en raison de cette atteinte. Ensuite, tous les jeunes de cette recherche rapportent qu'il était difficile de se valoriser durant leur jeunesse : ils ont tous rapporté avoir vécu des symptômes anxieux, dépressifs ou suicidaires selon les situations. Ce que nous pouvons observer, c'est que l'atteinte à l'image de soi et l'anxiété sont des difficultés qui sont près du vécu de violence au niveau temporel, étant donné que les seuls qui rapportent encore un tel vécu mentionnent également qu'ils vivent encore de la violence psychologique intrafamiliale par un parent violent. Enfin, les deux derniers aspects tiennent des responsabilités étouffantes et de la culpabilisation : 1) le poids de ces responsabilités s'entend dans les entretiens alors que les jeunes parlent des moyens d'apaisement en expirant bruyamment pour communiquer un poids en moins, respirer plus librement, et 2) ce qui peut avoir été une difficulté à l'âge adulte sur le plan de l'emploi alors qu'ils possédaient trop de responsabilités ou qu'ils avaient le « complexe du sauveur ». Pour la culpabilité et les responsabilités, elles s'associent à des difficultés que tous les jeunes ont eues à l'âge adulte : la gestion des émotions et la difficulté à faire confiance aux autres. Il faut dire que, pour plusieurs, la violence psychologique intrafamiliale a façonné le système

familial. Nous constatons que la fratrie comprenait difficilement la souffrance associée à la surcharge de responsabilités (parentification) même à l'âge adulte et que les dynamiques violentes culpabilisantes installées dans la famille élargie et dans la famille immédiate ont perduré à l'âge adulte. En fait, hormis trois jeunes qui rapportent une amélioration de la situation avec leur mère, les jeunes expriment qu'ils doivent maintenir une distance avec leurs parents violents qui usent d'agressions psychologiques (dénigrement, insultes) puisque ces comportements persistent à l'âge adulte.

Nous trouvons pertinent d'aborder ici qu'il est possible que les réactions du système familial à la violence psychologique intrafamiliale soient aidantes plutôt que d'isoler le jeune dans sa souffrance. Le refus de changer cette réalité ou de la reconnaître ne sont pas les seules options offertes aux membres du système familial. Dans notre recherche, les grands-parents semblent avoir fait une différence quant à l'internalisation du vécu de violence durant la jeunesse : ils sont des adultes qui ont pu initier des relations mutuelles avec leurs petits-enfants dès leur enfance et ainsi les protéger des effets de la violence. Nous remarquons ainsi que tous les jeunes qui n'ont jamais considéré la violence vécue en milieu familial normale et qui ont pu aller chercher de l'aide très tôt dans leur parcours identifient des grands-parents impliqués auprès d'eux qui ne normalisaient pas la situation familiale. Qu'il s'agisse de violence conjugale, de toxicomanie ou de violence psychologique intrafamiliale, les grands-parents étaient transparents quant à leur malaise envers celle-ci et ils prenaient soin de leurs petits-enfants en les invitant chez eux, en les gardant ou en faisant des démarches pour mettre fin aux difficultés dans le milieu familial (qu'il s'agisse de trouver des ressources ou d'offrir du soutien financier occasionnel). Ils réalisaient des activités avec leurs petits-enfants, ce qui leur permettait de créer des liens (Young, 1999, cité dans Cotterell, 2013). Pour les quatre jeunes adultes qui rapportent avoir eu des grands-parents présents, ces derniers étaient des modèles (conjugaux, professionnels ou de vie) et plusieurs jeunes adultes conservent de leurs valeurs. Ils

contribuent ainsi à la résilience plutôt qu'à la souffrance des jeunes. Ainsi les relations qui aident vers la résilience sont celles qui permettent d'éviter l'internalisation du vécu (Heller et al, 1999; Ben-David et Jonson-Reid, 2017). Le décès d'un grand-parent durant la jeunesse des participants s'est avéré un changement familial significatif.

Comme nous l'avons vu dans le cadre conceptuel, nous ne concevons pas la résilience comme étant globale, il reste « normal » que l'individu puisse rencontrer des difficultés dans différents aspects de son vécu à la suite d'un contexte de violence psychologique intrafamiliale (Luthar *et al*, 2000). Cette conceptualisation de la résilience explique peut-être notre regard sur les difficultés des jeunes. Des recherches telles que l'étude longitudinale de Brody reprise par Massie et Szajnberg (2006) s'intéressaient aux effets à long terme du vécu de violence psychologique intrafamiliale et ils inscrivaient ceux-ci dans un cadre psychologique, au regard de tests psychométriques. Pour ces auteurs, la peur d'avoir des enfants par crainte de reproduire le passé peut s'inscrire en continuité avec des phobies de jeunesse, des difficultés avec la gestion des émotions qui tiennent de la maturité ou de l'immaturité de mécanismes de défense.

Dans de telles recherches, il s'agit d'inscrire l'expérience des jeunes dans un cadre psychologique, dans un univers langagier conditionné par l'étude de psychopathologies. Un autre éclairage qu'apportent nos participants en parlant de leurs difficultés est que ces difficultés ne les définissent pas et qu'elles ne contrôlent pas leur vie. Ils les connaissent et ils prennent du pouvoir sur celles-ci. Ils sont forts de ce combat. Toutefois, nous avons également remarqué que les difficultés s'atténuent à mesure qu'il y a de la distance quant au vécu de violence psychologique intrafamiliale. Ceux qui ont rapporté des diagnostics vivent tous encore cette violence à l'âge adulte par le contact avec un parent violent-

5.3-Les stratégies adaptatives de régulation des émotions et les ressources individuelles et sociales

Avant d'explorer comment des personnes significatives peuvent devenir des relations médiatrices de résilience en contexte de violence psychologique intrafamiliale, nous voulions connaître les moyens d'apaisement que les jeunes adultes empruntaient durant leur jeunesse. Ce faisant, nous prévoyions pouvoir contextualiser, peut-être même bonifier, la compréhension que nous aurions des relations favorisant la résilience ainsi que de ce qu'elles procuraient au jeune. Pour cette recherche, les moyens d'apaisement se déclinent en quatre éléments : 1) l'évasion (les mondes imaginaires, les œuvres artistiques et les activités), 2) sortir du milieu familial (rencontrer d'autres réalités, vivre des expériences relationnelles positives et l'obtention de soutien), 3) affronter les émotions suscitées par le vécu familial (résister aux dynamiques violentes, s'autoriser à vivre ses émotions, mettre ses limites ou s'affirmer) et 4) l'*empowerment* (transformer son vécu en force, prendre du pouvoir sur celui-ci). Ces moyens d'apaisement vont en continuité avec ce qu'ils ont développé auprès de personnes significatives, leurs intérêts, leurs valeurs, leurs personnalités et certaines capacités.

Les moyens d'apaisement étaient déjà connus dans la littérature, mais ce qu'on voyait dans notre recherche, c'est que ceux-ci ont souvent une origine relationnelle (par le développement des intérêts auprès de personnes significatives, en allant s'entourer d'autres personnes ou en touchant à l'affirmation de soi). On sait, entre autres, que cette capacité de mettre des limites survient lorsque le jeune n'internalise pas son vécu, ce qui est aidé par des grands-mères dans cette recherche ou par des amis. On repense à Helena, Éloïse, Sophia et Alice qui s'affirment depuis leur adolescence. Les moyens d'apaisement qu'elles emploient leur permettent graduellement de s'affranchir de la peur qu'elles vivent en milieu familial non pas par évitement mais en agissant sur leur attitude quant aux pratiques parentales violentes. Pour s'affirmer, elles

s'appuient de capacités qui sont développées auprès de relations médiatrices de résilience et on voyait que tous ont réussi à quitter le milieu familial violent avant d'avoir 20 ans. Ils lient ces capacités à un entourage élevé, l'adolescence est la période où il y a de nombreuses amitiés, il y a des intervenants impliqués, ils semblent trouver de l'apaisement et éventuellement se libérer de la violence en s'appuyant de ces relations et des capacités qu'ils s'y développent.

Ces moyens d'apaisement ne sont pas entièrement nouveaux : seule leur origine, parfois relationnelle, est un éclairage exploré de façon secondaire dans les recherches sur la résilience (Werner et Smith, 1992). À travers les études à ce sujet, nous explorons ces moyens d'apaisement en tant que facteurs de protection ou en tant que stratégies adaptatives. Pour ce qui est des facteurs de protection, nous pensons notamment aux éléments suivants : faire des activités à l'extérieur du milieu familial, l'emploi de l'imaginaire pour explorer des liens sociaux (Anderson, 2010), un tempérament prosocial (Anderson, 2010 ; Greenberg, 2007 ; McLean et Pasupathi, 2010), la saine gestion des émotions (Greenberg, 2007 ; Anderson, 2010) et des stratégies adaptées à la situation (Runtz et Schallow, 1997). Nous pouvons également établir un parallèle avec les stratégies de gestion des émotions que nous avons vues dans le cadre conceptuel avec la perspective psychique de la résilience (Esparbès-Pistre *et al*, 1996 ; cité dans Van Hooland, 2011, p.72), soit : 1) les stratégies identitaires (construire une identité positive à travers les relations significatives), 2) les stratégies d'engagements sociaux (trouver des nouveaux rôles, ici en sortant du milieu), 3) les stratégies de projets (se dégager de la situation par des projets, ici l'évasion par des activités) et 4) les stratégies adaptatives (où il cherche à gérer ses émotions et à gagner une certaine maturité émotionnelle).

Les moyens d'apaisement étaient déjà connus dans la littérature, mais dans l'ensemble, nous pouvons observer que les moyens déployés pour trouver de

l'apaisement permettent de se construire à l'extérieur de l'adversité familiale qu'est la violence psychologique intrafamiliale. Maintenant, pour comprendre comment des personnes significatives peuvent s'avérer des relations médiatrices de résilience, il faut revenir sur les sentiments que les jeunes adultes rapportent sentir : la confiance, la sécurité et le sentiment qu'ils comptent pour autrui. Ces sentiments sont ressentis principalement à travers l'école, les grands-parents, les amis ou les adultes significatifs. Ces personnes, en entrant en relation avec le jeune, trouvent le moyen de contribuer à ses capacités intellectuelles, académiques et professionnelles. Pour ce qui est des contributions du milieu scolaire, nous repensons au concept de « tuteur de résilience » développé par Cyrulnik. Les comportements suivants sont prêtés au « tuteur de résilience » : le soutien (les encouragements, l'accompagnement, l'écoute et l'aide) ainsi que des soutiens identificatoires (des gens qui servent de modèles) (Anaut, 2012, p.80-81). Pour cette recherche, en tant que dynamique relationnelle aidante qui peut ne pas engager la réciprocité, ce sont surtout les enseignants et le milieu scolaire (du niveau secondaire et collégial) qui pourraient être considérés comme des « tuteurs de résilience ». Lorsque ces personnes font des compliments aux jeunes, les encouragent, leur reflètent qu'ils ont du potentiel, qu'ils aient de la valeur ou des forces, ce sont des commentaires qui deviennent réparateurs pour certains (quand l'image de soi ou l'intellect est attaqué par un parent psychologiquement violent) ou même constructifs (pour les jeunes adultes qui n'étaient pas valorisés dans leur famille).

Lorsque les jeunes entrent en confiance avec une personne significative et parlaient de leur vécu, la relation aidante ainsi créée pouvait contribuer aux capacités psychologiques, affectives, émotionnelles et sociales. Les personnes avec lesquelles ils entretenaient de telles relations étaient des amis, des adultes significatifs (pour quatre de nos participants, il s'agit d'enseignants ou d'intervenants qui maintiennent des correspondances et sont considérés comme des amis), des grands-parents ou des

intervenants. Le processus par lequel ils contribuent à leurs capacités est résumé en ces éléments : l'empathie, l'ouverture, la compréhension, la validation de leur souffrance, le soutien, l'accueil de leur ressenti sans jugements et la mutualité dans le partage sur leur vécu. Ce sont des gens qui ont du vécu de leur côté ou qui ont des points communs avec les jeunes. C'est pour ce type de relations que nous pouvons établir un parallèle avec les *growth-fostering relationships* de la résilience relationnelle (Jordan, 2013b). Particulièrement, pour ces relations, les deux parties donnent accès à une certaine vulnérabilité et il y a une mutualité du soutien, de la confiance, des encouragements et de la croissance (Jordan, 2013b).

5.4 Trouver un sens au vécu de violence psychologique intrafamiliale à travers le processus de résilience

Le quatrième objectif de notre recherche visait à déterminer comment les jeunes adultes ont pu trouver un sens à leur vécu et à leur résilience en interagissant avec des personnes significatives. Trouver un sens à son vécu peut passer par la mentalisation, c'est-à-dire que ce processus peut nécessiter de revoir son passé, de trouver un sens aux actions et réactions des différentes parties et de communiquer sa souffrance d'une façon qui a du sens pour eux et pour les autres (Ensink et Normandin, 2013). Les jeunes adultes de cette recherche déploient cette capacité avec maîtrise. Ils parlent de leur passé avec introspection, en tentant de comprendre les motivations des gens qui leur ont causé de la souffrance, mais aussi avec acceptation et détachement quant au passé. En fait, alors qu'ils parlaient de ce passé, il y avait souvent des rires lorsqu'ils décrivaient des comportements parentaux psychologiquement violents, rires s'expliquant par leur compréhension que ces gestes insensés partent de certains modèles ou intentions d'un parent, des limites ou des faiblesses de ceux-ci (ex. gestion des émotions) et de l'histoire de vie de ces derniers. Ils rattachent leur vécu affectif à ces comportements, ils identifient les difficultés qu'il leur en reste. Ils connaissent les multiples facettes de ce vécu et peuvent communiquer cette

souffrance passée en lui donnant du sens.

En ce qui concerne leur résilience, nous revenons au modèle de la résilience relationnelle, car elle postule qu'à mesure que la personne entre en relation et noue des relations mutuelles, elle acquiert une certaine compétence relationnelle. C'est un mouvement vers l'authenticité, l'*empowerment* et l'empathie mutuelles à travers la différenciation relationnelle (soit des relations de plus en plus complexes) (Jordan, 2012). C'est également ce que les jeunes adultes rapportaient : la pérennité de certaines relations amicales, la qualité des amitiés où ils pouvaient parler de leur vécu et avoir du soutien quant aux difficultés qui leur étaient présentées et leur capacité à être authentique dans leurs relations. Leur carrière semble donner du sens à leur vécu ou à leur vie : ils sentent qu'ils peuvent faire une différence dans la vie des autres, ce qui fait également partie de la résilience relationnelle (Jordan, 2012). Nous observons donc que les relations semblent jouer un rôle important pour l'émergence de la résilience. Lorsque nous avons demandé aux jeunes adultes d'expliquer leur résilience ou les conseils qu'ils donneraient à un jeune qui vit de la violence psychologique intrafamiliale pour devenir résilient, ils ont énuméré quatre aspects qui sont en continuité avec les relations et le sens donné au vécu. Il s'agit d'un aspect pragmatique (sortir du milieu violent, chercher de l'aide thérapeutique), d'un aspect individuel (accepter le passé, le comprendre, tenter d'améliorer sa vie), d'un aspect relationnel (ce sont des encouragements, du soutien, des modèles alternatifs positifs et des gens qui permettent de développer des capacités) et d'un aspect de sens (pouvoir structurer son vécu et lui donner du sens). Alice, en parlant de l'aspect du sens, identifiait la résilience comme étant « des » capacités d'adaptation. Les études sur le sujet dénomment la résilience en tant que « la » capacité d'adaptation, mais peut-être y a-t-il du sens à parler de capacités plurielles. Malgré l'identité positive, les accomplissements et la fierté de leurs cheminements, il y a une reconnaissance des difficultés héritées de ce passé. Parfois, c'est même le sentiment de faire partie d'une famille qui n'est pas obtenu auprès de la famille et qui doit se construire activement à

travers des amitiés et d'autres relations. Les capacités qu'ils possèdent aujourd'hui sont des capacités positives qu'ils ont acquises très jeunes, ce qui n'est pas donné à tous (qu'on pense à la relation d'aide, à l'affirmation de soi ou à la capacité de mettre ses limites, de nouer des relations positives : on sait qu'il y a des personnes pour qui il est difficile de le faire même à un âge avancé). Par les récits de leur résilience, nous nous demandons parfois si la résilience n'est pas une réorganisation des capacités de l'individu par l'adversité plutôt que par le désir de la personne. En effet, il y a des capacités, des passions et des potentiels qui ont été sacrifiés alors que d'autres capacités ont été construites (on repense à Éloïse qui, maintenant qu'elle est hors de ce vécu de violence, réalise qu'elle aurait peut-être eu d'autres aspirations professionnelles n'eût été ce vécu). Pour bien comprendre les versants positifs et négatifs de la résilience, peut-être cela vaudrait-il la peine de distinguer les capacités développées des capacités désirées, de reconnaître qu'au-delà de la souffrance et de la reconstruction, c'est un vécu qui entraîne aussi le sacrifice ou le retard du développement de certaines capacités désirées. La résilience consiste alors à trouver le positif des capacités développées et de continuer d'avancer. Plusieurs jeunes n'oublient pas les capacités qu'ils désiraient acquérir et leur donnent une place aujourd'hui. Ils continuent de s'accomplir et de développer de nouvelles capacités artistiques, sportives et créatives.

5.5 Les forces et les faiblesses de cette recherche

En ce qui concerne les forces et les faiblesses de cette recherche, nous commençons par aborder les faiblesses, nous continuons avec les forces et nous terminons avec les pistes de recherches futures. En ce qui a trait aux faiblesses, elles tiennent de la taille de l'échantillon, de la nature rétrospective des données et de la diversité de l'échantillon. En raison de la petite taille de l'échantillon, les résultats de cette

recherche ne peuvent pas être généralisés. Ce n'était pas la visée de cette recherche non plus, nous cherchions simplement à explorer une réalité peu étudiée pour commencer à tenter de la comprendre. Ensuite, cette recherche sollicitait la réminiscence de leurs expériences relationnelles passées et leur demandait de partager le sens qu'ils en font, mais on sait que le sens donné aux expériences passées évolue à mesure que la personne évolue. Le support offert au jeune par une personne significative peut avoir été déterminant pour composer avec une difficulté à l'adolescence sans être aujourd'hui déterminant lorsqu'il réévalue son histoire et qu'il identifie les expériences relationnelles qui l'ont façonné tel qu'il est dans le présent, c'est une limite des données rétrospectives. En lien avec cette limite des données rétrospectives, deux participants ont exprimé avoir de la difficulté à se souvenir de toutes les personnes qui étaient significatives à leurs yeux durant leur jeunesse. Une autre participante devait consciemment se remettre en perspective, revoir son adolescence, pour analyser en quoi des amitiés de jeunesse étaient significatives pour elle au moment de ces relations. Si une telle limite des données rétrospective ne peut pas être complètement enrayée, nous avons pu la minimiser. Nous avons pu le faire en explorant leur jeunesse par période de scolarité et en ayant sollicité la réminiscence d'autant de personnes significatives que possible, une démarche recommandée pour ce type de recherche (Bo, 1996, cité dans Hurrelman et Hamilton, 1996), entre autres par une ligne chronologique. Une personne qui offre un soutien jugé déterminant pour le jeune qui la reçoit durant son adolescence peut n'avoir offert qu'un soutien limité l'échantillon de cette recherche est constitué de six femmes et un homme, tous au moins bacheliers et œuvrant tous en relation d'aide. Le recrutement était difficile, donc nous sommes heureux de pouvoir bénéficier d'un tel échantillon dans le contexte. Mais l'homogénéité de l'échantillon masque peut-être des variantes à la réalité des hommes ici sous-représentés, ou des personnes qui ont des orientations académiques et professionnelles différentes. Cette limite de l'échantillonnage apportait également un avantage imprévu à l'étude du problème : tous les jeunes adultes de cette recherche ont fait beaucoup d'introspection, ils connaissent le sujet et

leur vécu, ils ont passé des années à tenter de le comprendre au regard des études scientifiques et des rencontres thérapeutiques. Ils sont experts de leur vécu et critiques du regard qu'on lui porte. C'est à la fois une des forces et une des faiblesses de cette recherche. Nous avons eu la possibilité de rester solidement arrimés à la résilience spécifique au contexte de violence psychologique intrafamiliale. Nous pouvons associer les réponses directement au contexte de violence psychologique, mais au coût d'un éclairage peut-être plus complet si on avait inclus les autres formes de violence dans le guide d'entretien. Pour ce qui est des pistes de recherches futures, nous pensons à la question des sept capacités développées auprès de relations médiatrices de résilience : sont-elles le propre du contexte de violence psychologique intrafamiliale, du cheminement professionnel et académique des participants ou varieraient-elles avec un échantillon plus hétérogène ?

Pour conclure ce chapitre, nous constatons que les relations occupent une place importante dans la vie des jeunes qui ont grandi en contexte de violence psychologique intrafamiliale (un contexte où il y avait aussi de multiples difficultés). Elles contribuent à leur développement tout comme à leur identité dès leur jeunesse. Alors que les jeunes adultes vivent de la violence psychologique intrafamiliale, ils vivent beaucoup de responsabilités et de culpabilité, des émotions négatives, et les moyens d'apaisement qu'ils trouvent sont souvent liés à la sphère relationnelle imaginaire (moyens d'évasion) ou réelle (sortir du milieu, composer avec ses émotions et l'*empowerment*). Ils ont développé diverses capacités à travers des relations aidantes et leur résilience semble s'être construite en grande partie grâce aux acquis issus des personnes significatives de leur jeunesse.

CONCLUSION

La violence psychologique intrafamiliale est particulièrement néfaste pour le développement des jeunes qui y sont exposés ; d'ailleurs, de nombreuses recherches en dénombrent les effets multiples qui ont une durée indéterminée (Clément *et al*, 2013). Malgré cela, l'émergence de la résilience dans ce contexte demeure peu étudiée. Nous cherchions donc à explorer comment des personnes significatives, présentes durant la jeunesse de jeunes adultes qui ont grandi en contexte de violence psychologique intrafamiliale, ont pu devenir des relations médiatrices de résilience dans ce contexte. Nous nous appuyons sur le modèle de la résilience relationnelle selon lequel les personnes sont interconnectées, se construisent à partir des relations et des connexions pour accroître leur bien-être et devenir résilientes (Jordan, 2013). Sur le plan théorique, nous nous inscrivons dans la perspective écosystémique selon laquelle l'expérience humaine se façonne à travers l'échange et le sens donné à son environnement. Cette recherche avait donc pour objectifs : 1) d'identifier les personnes significatives présentes durant la jeunesse de ces jeunes adultes, 2) de reconnaître les contributions de celles-ci dans leur développement, 3) d'explorer comment elles peuvent être aidantes en contexte de violence psychologique intrafamiliale et 4) de dégager le sens que les jeunes adultes donnent à leur vécu et à leur résilience. Pour cette recherche, nous avons pu explorer ces objectifs et obtenir quelques éclairages sur les relations médiatrices de résilience dans ce contexte.

Cette recherche a donné la parole à sept jeunes adultes âgés de 25 à 33 ans et ayant tous grandi en contexte de violence psychologique intrafamiliale sur une période de plus de 10 ans durant leur jeunesse. Nous avons réalisé des entretiens qualitatifs avec un guide d'entretien semi-ouvert. Nous leur demandions également de remplir un

questionnaire sociodémographique. Ce qui nous a permis d'apprendre que deux des jeunes adultes identifient qu'ils vivent encore de la violence psychologique intrafamiliale à l'âge adulte. D'autres ne rapportent plus de dynamiques parentales violentes, mais plutôt la présence d'incidents psychologiquement violents même à l'âge adulte. Nous avons vu que les milieux familiaux de ces jeunes adultes étaient affectés par des difficultés multiples, ce qui jouait sur l'accès à diverses personnes significatives pour ces derniers. La résilience des jeunes adultes de cette recherche s'inscrit donc dans des conditions familiales difficiles en plus de la violence psychologique intrafamiliale. C'est cette forme de résilience, parfois jugée improbable (Tolan *et al*, 1996; DuMont, *et al*, 2007), qui a pu être trouvée dans notre recherche. Trois constats principaux émergent de notre recherche.

Le premier consiste en ce que la violence psychologique intrafamiliale possède des ramifications dans la famille immédiate et dans la famille élargie. La réaction de la famille élargie revêt de l'importance pour le jeune, elle peut accroître sa culpabilité et ses responsabilités, ou l'apaiser de ce vécu associé à la violence psychologique intrafamiliale. Dans cette recherche, les grands-parents étaient particulièrement aidants lorsqu'ils ne normalisaient pas les pratiques parentales violentes. Par contre, les mères victimes de violence conjugale, les oncles et les tantes de certains accroissaient la culpabilité, puis qu'ils donnaient au jeune la responsabilité d'entretenir un lien avec un parent violent ou de l'aider quant à ses difficultés. Dans l'ensemble, le poids des responsabilités excessives placées sur le jeune semble difficile à comprendre par la famille et même par la fratrie qui minimise souvent la souffrance associée à la parentification. Il pourrait être intéressant d'étudier la violence psychologique intrafamiliale en ciblant le système familial et les rôles de chacun, peut-être en ciblant certaines conduites bénéfiques ou néfastes. Ce n'est pas un aspect qui est beaucoup abordé dans les études sur le sujet.

Le deuxième constat est que les relations médiatrices de résilience sont diversifiées, en ce qu'elles n'impliquent pas nécessairement une connaissance du vécu de violence psychologique intrafamiliale du jeune. Par contre, elles permettent au jeune de développer des capacités. Nous avons vu que dans le contexte de la violence psychologique intrafamiliale, il s'agissait de capacités : intellectuelles, académiques, professionnelles, psychologiques, affectives, émotionnelles et sociales. Le contenu des relations médiatrices de résilience reste sous-étudié dans les recherches en résilience, en ciblant celui-ci, cette recherche permet de commencer à l'explorer. La question de la confiance avec des personnes qui ont du vécu de leur côté, de la compréhension ou des points communs était intéressante. À l'heure actuelle, il n'y a pas de ressources offrant un lieu d'échange pour des jeunes qui ont des difficultés similaires. Serait-ce une possibilité à considérer ? Par contre, ce sont les capacités ou le développement des capacités qui sont ici particulièrement intéressantes. Sont-elles uniques au vécu de violence psychologique intrafamiliale, au parcours de jeunes adultes éduqués ? Vaudrait-il la peine de les explorer spécifiquement dans des recherches et d'évaluer s'il serait possible de les rattacher à des interventions orientées sur la résilience ?

Le troisième et dernier constat concerne la résilience elle-même. Selon ce que les participants de cette recherche rapportent, la résilience se construit en actions et en réflexions se trouvant dans quatre dimensions de l'expérience de vie: pragmatique, individuelle, relationnelle et le sens. La résilience, consiste dans des actions (sortir du milieu familial, aller chercher de l'aide), des réflexions (par exemple, l'acceptation), des relations et du sens. La personne se construit bel et bien socialement et c'est cette construction (l'identité, la personnalité, les intérêts, les stratégies d'adaptation et les capacités) qui semble permettre de composer avec des difficultés multiples, avec tant de facteurs de risque que la résilience semblait improbable.

Cette recherche a donc permis d'explorer comment des relations médiatrices de résilience contribuent à l'émergence de la résilience pour des jeunes qui ont grandi en contexte de violence psychologique intrafamiliale. Ce que nous en retenons, c'est que ces relations favorisent la résilience, même lorsqu'elle semble improbable, vu les difficultés multiples qui portent ombrage au développement du jeune.

ANNEXE A

FORMULAIRE DE CONSENTEMENT

Par la présente, je confirme ma volonté de prendre part au projet de recherche de Catherine Roussel-Leconte intitulé : *L'expérience de jeunes adultes avec des liens médiateurs de résilience en contexte de violence psychologique familiale : un regard rétrospectif sur leur jeunesse.*

Étudiante-chercheuse :

Catherine Roussel-Leconte (étudiante à la maîtrise en travail social, UQAM)
roussel-leconte.catherine@courrier.uqam.ca
514-367-0625

Direction de recherche :

Myriam Dubé
Professeure à l'école de travail social de l'UQAM

ET

Annie Gusew
Professeure à l'école de travail social de l'UQAM

Préambule et description du projet :

Nous avons parlé du but de cette recherche, des personnes à contacter pour toutes questions durant ou après ma participation, de la forme que prendra ma participation (entretien et questionnaire socio-démographique) ainsi que des avantages et des risques entourant ma participation. En résumé, il s'agit donc d'une recherche menée dans le cadre d'un mémoire de maîtrise qui devrait être complété d'ici deux ans et qui implique la réalisation d'entrevues auprès de 6 adultes âgés entre 18 et 30 ans, qui ont grandi en contexte de violence psychologique intrafamiliale. L'objectif de cette recherche est de comprendre comment des relations passées ont pu contribuer à ce que des jeunes adultes ayant grandi dans un contexte de violence psychologique développent des relations satisfaisantes leur permettant de développer une identité

qu'ils jugent satisfaisante. J'ai pu, et je continue de pouvoir, réfléchir à ma participation ainsi qu'obtenir des clarifications sur les termes employés dans cette recherche ou dans les documents qui y sont liés (incluant celui-ci).

Nature, durée de ma participation et respect de ma confidentialité:

À partir d'un lieu privé de l'UQAM ou de mon choix, ma participation inclut de prendre part à un entretien d'environ 1h30, où je répondrai également à un bref questionnaire sociodémographique. L'entretien sera enregistré pour faciliter l'analyse de celui-ci une fois que tous les entretiens prévus pour ce projet auront été menés à bien. Je peux demander à ce que l'entretien ne soit pas enregistré, dans lequel cas l'étudiante-chercheure prendra des notes lors de celui-ci. Toutes les données issues de ma participation, soit celles de l'entretien et du questionnaire sociodémographique ainsi que les formulaires de consentement dûment signés, seront détruits d'ici 5 ans. Les seules personnes qui auront accès à ces données sont l'étudiante-chercheure et ses directrices pour fin de révision. Jusqu'à leur destruction, toute version papier de celles-ci sera gardée sous clé et tout document numérique les contenant sera encrypté et maintenu sur un ordinateur sécurisé et verrouillé. Lorsque les données seront détruites, les documents papiers seront détruits par un déchiqueteur et les données numériques seront détruites grâce à un logiciel spécialisé à la tâche. Pour les données, comme pour la recherche, je ne serai identifié que par un pseudonyme et tout élément identifiant sera exclu de toute publication et du projet de recherche.

Les avantages et les risques associés à ma participation:

Pour ce qui est des avantages, en partageant mon récit sur ces expériences relationnelles, je contribuerai à créer de nouvelles connaissances en travail social et sur la résilience en contexte de violence psychologique intrafamiliale. Pour ce qui est des risques encourus par cette étude, ils proviennent de l'association possible de souvenirs sur ces relations médiatrices de résilience avec des souvenirs passés de violence psychologique intrafamiliale. Maintenant, ma participation à ce projet est libre et volontaire. J'ai donc été informé que mon bien-être est la priorité dans cette démarche de recherche, que : 1) je n'ai pas à répondre à des questions qui me rendraient mal à l'aise, 2) que je peux prendre des temps d'arrêt durant l'entretien ou 3) y mettre fin (je n'aurais pas à m'en justifier et les données me concernant seraient alors détruites). Pareillement, l'étudiante-chercheure pourra mettre fin à l'entretien si elle sent que la démarche de recherche semble être vécue comme une expérience négative. Après tout, cette démarche se veut une opportunité pour parler de mes forces, de ma débrouillardise et des façons par lesquelles j'ai trouvé le moyen de me construire positivement à travers mes relations. Bref, elle se veut une expérience positive. Au terme de l'entretien, du temps me sera alloué pour que je puisse parler du vécu de cette démarche de recherche, si j'en ressens le besoin.

Advenant que j'aie des questions sur le projet :

Finalement, je suis informé que ce projet de recherche a été vu, ainsi qu'approuvé, par

le comité d'éthique de la recherche pour les projets étudiants impliquant des êtres humains (le CERPE). Je sais également que la finalité de cette démarche de recherche tient de la rédaction et du dépôt d'un mémoire, qui sera archivé à la bibliothèque générale de l'UQAM. Pour toute question en lien avec ce projet de recherche, je peux rejoindre l'étudiante-chercheuse ou les directrices du projet. Pour toutes questions concernant les responsabilités de l'étudiante-chercheuse au niveau éthique ou concernant mes droits, je peux contacter la personne responsable au comité d'éthique de la recherche pour les projets étudiants : Roland Côté au 514-987-3000, poste 4489. Je déclare donc avoir lu et compris ce qu'implique ma participation au projet et j'accepte librement d'y participer.

Signature du participant

Prénom et nom

Date
participant

Signature du

Engagement de l'étudiante-chercheuse :

Je, soussignée, certifie que j'ai expliqué le formulaire de consentement au participant en lui donnant le temps d'y réfléchir et de poser des questions à ce sujet, ou quant à la recherche et à sa participation. Je lui ai clairement expliqué qu'il reste libre de se retirer du projet à tout moment, sans devoir l'expliquer, et que je lui remets une copie du formulaire de consentement signée et datée.

Prénom et nom

Date

Signature

ANNEXE B

GUIDE D'ENTRETIEN

Thème 1 : Les personnes significatives dans la jeunesse

Objectif : Explorer les personnes significatives présentes durant la jeunesse du jeune adulte

Dimension de temps

1.-Du plus loin que vous puissiez vous souvenir, pouvez-vous me parler des personnes qui étaient significatives pour vous (amis, voisins, adultes, enseignants/coach/instructeur, intervenants, gardienne, parenté, oncles, tantes, etc.)? Une ligne chronologique sera alors co-construite en un axe où on situe des grandes périodes et des personnes significatives de ces périodes :

- Avant que vous n'alliez à l'école
- Au primaire
- Au secondaire
- Aux études postsecondaires (s'il y a lieu) (DEP, Cégep, etc.)

Dimension d'espace

2.-Où entreteniez-vous ces relations

Explorer : a) était-ce à l'école, dans le quartier, chez des amis, dans des sorties, des centres communautaires ou des activités et b) parlez-moi des changements qui ont affecté ces relations : changement d'école et déménagements ou autres en précisant l'âge où ils ont eu lieu.

Thème 2: Les contributions de ces personnes significatives au bien-être du jeune adulte

3.-Parlez-moi de ce que ces relations vous ont apporté?

Explorer au niveau de: a-) *vos apprentissages:* vos connaissances et intérêts, vos aptitudes, vos capacités, vos talents qui vous ont été reflétés à travers cette personne et de b) *votre socialisation:* ce qui a de l'importance pour vous aujourd'hui, ce vers quoi vous aspirez (traits de personnalité, caractère, idéaux), vos habitudes et les activités auxquelles vous preniez part, vos aspirations.

4.-Parlez-moi du contexte dans lequel vous les rencontriez?

Explorer: Sous l'angle des rencontres quotidiennes et de celles en situation de difficulté a) *Quelles relations étaient rencontrées par opportunité ou affinité?* (Par exemple : par proximité physique, affective ou en raison de la chaleur trouvée dans la relation b) *Quelles relations étaient rencontrées par besoin?* (Par exemple : pour recevoir des conseils ou encouragements, etc.)

5.- Comment qualifieriez-vous vos relations avec ces personnes?

Explorer : Représentaient-elles des modèles (académiques, familiaux ou de succès) pour vous (qu'elles l'aient su ou non)? Y en a-t-il qui étaient à l'extérieur de votre parenté, mais qui étaient comme de la famille pour vous? S'il y a lieu, qui étaient pour vous des personnes qui percevaient votre souffrance même sans en parler, des confidents, des amis, des personnes spéciales? Pourquoi?

Thème 3 : L'approche du vécu de violence psychologique intrafamiliale avec des personnes significatives

6- Auprès de quelles relations sentiez-vous une ouverture à ce que vous leur parliez de ce que vous viviez, des émotions qui en étaient vécues?

Explorer : a) *Quels étaient les signes de cette ouverture* (ex. le vécu d'empathie, un partage sur les expériences passées avec cette personne, un sentiment d'appartenance ou de solidarité)? b) *Jusqu'où pouviez-vous vous révéler* (ex. les sujets qui ont été abordés sans crainte de jugement ou de rejet)?

7- Auprès de quelles personnes sentiez-vous qu'il pouvait être inapproprié de se confier sur certains sujets (par exemple, relation commune à un parent violent ou autrement peu réceptive)?

Explorer : ce que ces relations apportaient qui était autrement apaisant face à ce vécu.

7.1-Si vous vous confiez à d'autres sur ce que vous viviez, dans quels moments vous êtes-vous sentis mal compris, jugés ou seuls face à ce que vous viviez?

Explorer : ce que contenait ces situations (par ex., des conseils inappropriés, des croyances sur la famille, des stéréotypes, des préjugés, etc.).

8-Lorsque vous repensez aux moments où vous avez vécu un sentiment d'apaisement par rapport à ce que vous viviez à la maison (ex. activité, sortie, rencontre,), qu'est-ce qui caractérisait ces moments?

Explorer : a) *ce qui était communiqué dans ces moments* (ex : une personne significative qui partage sur ses expériences, des actions ou des commentaires qui vous permettent de vous sentir heureux avec vous-même) b) *ce qui a été vécu dans ces moments et comment* : (ex. un sentiment d'appartenir à un réseau ou à une communauté, la présence de relations fiables en temps de difficulté ou qui vous apprécient, une capacité à réussir) c) S'il y a lieu, dans quels moments avez-vous senti

que vous avez pu aider ou faire une différence pour quelqu'un d'autre (par exemple, en lien avec votre vécu familial)?

9-Comment certaines relations vous ont-elles amené à avoir un sentiment de sécurité, d'accomplissement ou d'appartenance sociale?

Explorer : Quelles en ont été les retombées dans votre vie (ex. : motivation à l'école, à chercher mieux, une amélioration de la situation, confiance à rencontrer des gens ou à nouer des relations)?

Thème 4 : Les opportunités de parler de ces relations avec une personne significative pour créer du sens.

10.-Certaines personnes significatives vous ont-elles permis d'explorer ce que vous viviez dans vos différentes relations ? Si oui, qu'est-ce que cela vous a apporté?

10.1.-Si c'est le cas, pouvez-vous me parler de ce que vous discutiez? Y a-t-il des choses en particulier dont vous avez beaucoup parlé? S'agissait-il d'aspects ambigus, confus, dans vos relations?

Explorer : Ces échanges vous permettaient-ils de discuter et questionner des gestes et des actions d'autrui, parler des émotions qui y ont été associées et de chercher le sens à ces échanges?

11.-S'il y a lieu, pouvez-vous me parler des moments où des personnes significatives se sont confiées à vous sur leurs expériences passées?

Explorer : De quelles relations s'agissait-il? De quel type d'expériences parlaient-ils?

Conclusion

12. Si on revient sur la ligne chronologique, qu'est-ce que ces relations spéciales vous ont apporté?

Explorer : Comment ont-elles contribué à former la personne que vous êtes aujourd'hui (à travers leurs fautes ou leurs bons coups)? En quoi ces échanges vous permettaient-ils de faire sens de ce que vous viviez et de vos différentes relations?

13.-Comment définiriez-vous la résilience et comment êtes-vous devenus résilient?

14.-Maintenant qu'on arrive à la fin de l'entretien, désirez-vous ajouter quelque chose?

ANNEXE C

QUESTIONNAIRE SOCIO-DÉMOGRAPHIQUE

Situation familiale :

1. Âge actuel : _____
2. Genre : F _____ M _____
3. Langue maternelle : _____
4. Province ou pays d'origine : _____
5. Âge d'arrivée au Québec, si vous êtes né ailleurs : _____
6. Votre religion, si vous le désirez : _____

Passé familial:

Structure familiale :

7. Type de famille (deux parents, monoparentale, reconstituée) : _____
8. Position dans la fratrie (Aîné? Milieu? Cadet?) _____
9. Nombre de frères _____ 10. Nombre de soeurs _____

Pratiques parentales violentes :

11. Figure parentale ayant usé de pratiques parentales violentes (mère, père, beau-parent, parenté, etc.) : _____
12. Formes de violence présentes dans le milieu familial (X où ça s'applique) et le nombre d'années où vous y avez été exposé) :
Violence psychologique() _____ Puniton corporelle() _____

Violence physique() _____ Négligence() _____

Violence sexuelle() _____

13. Au total, vous avez vécu de la violence de (âge) : _____
à _____

14. Est-ce que votre situation familiale a fait l'objet d'un signalement à la DPJ?
_____, Si oui :

15.-Connaissez-vous le motif du signalement ? _____

Situation du quartier où vous résidiez durant la jeunesse :

16. À votre sens, quel était le niveau socio-économique du ou des quartiers où vous avez grandi (sous le seuil de la classe moyenne, classe moyenne, au-dessus du seuil de la classe moyenne) :

_____ ; De (âge) à (âge) : _____

_____ ; De (âge) à (âge) : _____

_____ ; De (âge) à (âge) : _____

Situation personnelle :

17. Niveau d'étude complété: _____

18. Vos intérêts(+ ou -) : Science _____, Humains _____,

Culture _____, Société _____, Art _____,

Sport _____

19. Vos loisirs (depuis combien de temps les pratiquez-vous) :

ANNEXE D

**TABLEAU 4.1: NOMBRE DE PERSONNES SIGNIFICATIVES PRÉSENTES
DANS LA VIE DES JEUNES ADULTES PAR PÉRIODE DE LA JEUNESSE**

Tableau 4. 1 Nombre de personnes significatives présentes dans la vie des jeunes adultes par période de la jeunesse

Période de la jeunesse (ans)	Éloïse	Samantha	Adam	Alice	Stella	Helena	Sophia
0 à 6	1	3	5	11	2	2	4
6 à 12	6	2	8	14	10	6	7
12 à 16	19	6	5	24	7	10	10
16 à 18	13	4	5	23	4	6	15

BIBLIOGRAPHIE

- ACJQ (2008). *Bilan des directeurs de la protection de la jeunesse/ directeurs provinciaux 2008*. Québec : Association des centres jeunesses du Québec.
- ACJQ (2014). *Bilan des directeurs de la protection de la jeunesse/directeurs provinciaux 2014*. Québec : Association des centres jeunesses du Québec.
- Allagia, R. et Vine, C. (2006). *Cruel but not Unusual, Violence in Canadian Families*. Ontario: Wilfrid Laurier University Press.
- Anaut, M. (2006). L'école peut-elle être facteur de résilience. *Empan*, 3(63), 30-39.
- Anaut, M. (2012). Résilience affective. Dans Cyrulnik, B. (dir.) et Jorland, G. (dir.), *Résilience connaissance de base* (p.65-83). Paris : Odile Jacob.
- Anderson, K. M. (2010). *Enhancing Resilience in Survivors of Family Violence*. New York : Springer Publishing Company.
- Aubert, N. (2004). Que sommes-nous devenus? *Sciences Humaines*, 11(154), 36-41.
- Babbie, E. (2001). *The Practice of Social Research* (9e éd.). Californie : Wadsworth/Thomson Learning.
- Baker, S. (2003). Lesbian survivors of childhood sexual abuse: community, identity and resilience. *Canadian Journal of Mental Health*, 22(2), 31-45.
- Banks, A., Jordan, J.V. et Walker, M. (2011, 12 décembre). *Founding of Relational-Cultural theory, (1ère partie)*. [vidéo]. Récupéré de: <https://www.youtube.com/watch?v=ZJbc7iVnmgQ>
- Ben-David, V. et Jonson-Reid, M. (2017). Resilience among adult survivors of

- childhood neglect : a missing piece in the resilience literature. *Children and Youth services review*, 78, 93-103.
- Benzies, K. et Mychasiuk, R. (2009). Fostering family resiliency : a review of the key protective factors. *Child and Family Social Work*, 14, 103-114.
- Bertera, E. M. (2005). Mental Health in the U.S. Adults : the Role of Positive Social Support and Social Negativity in Relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 22(1), 33-48.
- Bo, I. (1996). The significant people in the social networks of adolescents. Dans Hurrelmann, K. (dir.) et Hamilton, S.F. (dir.). *Social problems and social contexts in adolescence, perspective across boundaries*. [Document électronique]. New York : Aldine de Gruyter.
- Bolliett, D. et Schmitt, J.-P. (2008). *La socialisation* (2e éd.). Cedex : Boréal.
- Boyden, J. et Mann, G. (2005). Children's risk, resilience and coping in extreme situations. Dans Ungar, M. (dir.). *Handbook for working with children and youth; pathways to resilience across cultures and context*. California : Sage Publications.
- Bronfenbrenner, U. (1979). The ecology of human development : experiments by nature and design. [Document électronique]. Cambridge : Harvard University Press. Récupéré de : https://books.google.ca/books?id=OCmbzWka6xUC&printsec=frontcover&hl=fr&source=gbs_ge_summary_r&ad=0#v=onepage&q&f=false
- Bronfenbrenner, U. (1994). Ecological Models of Human Development. Dans *International Encyclopedia of Education (p.37-43)* (2e éd.), volume 3. Oxford : Elsevier. Récupéré de Michigan State University <http://edt2.educ.msu.edu/DWong/TE150/CourseReader/Bronfenbrenner-EcologicalModelsofHumanDevel.pdf+&cd=1&hl=fr&ct=clnk&gl=ca>
- Burgermeister, D. (2007). Childhood adversity : a review of measurement instruments. *Journal of Nursing Measurement*, 15 (3), 163-176.
- Caron, J. et Guay, S. (2005). Soutien social et santé mentale : concept, mesures, recherches récentes et implications pour les cliniciens. *Santé Mentale au Québec*, 30(2), 15-41.

Carpentier, N. et White, D. (2001). Le soutien social, mise à jour et raffermissement d'un concept. Dans Dorvil, H. (éd.) et Mayer, R. (éd.), *Problèmes Sociaux* (p.277-304). Tome 1. Québec : Presses de l'Université du Québec.

Chamberland, C. (2003). *Violence parentale et violence conjugale : des réalités plurielles, multidimensionnelles et interreliées*. Québec : Presses de l'Université du Québec.

Chamberland, C. et Fortin, A. (1995). La violence psychologique envers l'enfant : quelques pistes d'action préventive à retenir. *Service Social*, 44(2), 129-146.

Chamberland, C., Léveillé, S. et Trocmé, N. (2007). *Enfants à protéger parents à aider, des univers à rapprocher*. [Document électronique]. Québec : Presses de l'Université du Québec. Récupéré de :
https://books.google.ca/books/about/Enfants_%C3%A0_Prot%C3%A9ger_Parents_%C3%A0_Aider.html?id=GH-X4yzZiKYC&redir_esc=y

Charte des droits et libertés de la personne. LRQ c C-12. (1975) Récupéré de
http://www2.publicationsduquebec.gouv.qc.ca /dynamicSearch/telecharge.php?type=2&file/C_12/C12.HTM

Child Welfare Information Gateway. (2014). *Mandatory reporters of child abuse and neglect*. [document pdf]. Washington, DC : U.S Department of Health and Human Services, Children's Bureau. (CWIG). Récupéré de
<https://www.childwelfare.gov/pubPDFs/manda.pdf#page=2&view=ReportingbyOtherPersons>

Cliche, M.-C. (2000). « Est-ce vraiment pour son bien? » -évolution de la norme de raisonabilité des punitions corporelles dans la jurisprudence Québécoise et Canadienne-1864-1998. *Revue juridique Thémis*, 34(2), 481-514.

Clément, M.-E., Chamberland, C., Côté, L., Dubeau, D., Beauvais, B. (2005). *La violence familiale dans la vie des enfants du Québec, 2004*. Québec : Institut de la statistique du Québec.

Clément, M.-E., Bernèche, F., Fontaine, C. et Chamberland, C. (2013). *La violence familiale dans la vie des enfants du Québec, 2012; Les attitudes parentales et les pratiques familiales*. Québec :Institut de la statistique du Québec.

- Convention relative aux droits de l'enfant*. (1989, 20 novembre). RTNU 3 (entrée en vigueur le 2 septembre 1990).
- Cotterell, J. (2013). *Social Networks in Youth and Adolescence* (2e éd.). [Document électronique]. London : Routledge. Récupéré de : https://www.amazon.ca/Social-Networks-Youth-Adolescence-Society-ebook/dp/B00IC86YWK/ref=sr_1_1?ie=UTF8&qid=1516025702&sr=8-1&keywords=cotterell+identity
- Coulton, C.J., Crampton, D.S., Irwin, M., Spilsbury, J. C. et Korbin, J.E. (2007). How Neighborhoods Influence Child Maltreatment: A Review of the Literature and Alternative Pathways. *Child Abuse and Neglect*, 31(11-12), 1117-1142.
- Cowger, C.; Anderson, K.M. et Snively, C. (2006). Assessing Strengths: the political context of Individual, Family and Community Empowerment. Dans D. Saleebey (éd.), *The Strengths Perspective in Social Work Practice* (p.93-113) (4e éd.). Boston : Allyn et Bacon.
- Clément, M.-E., Chamberland, C., Côté, L., Dubeau, D., Beauvais, B. (2005). La violence familiale dans la vie des enfants du Québec, 2004. Québec : Institut de la statistique du Québec.
- Cyrulnik, B. (2004). *Parler d'amour au bord du gouffre*. Paris : Odile Jacob.
- Cyrulnik, B. et Duval, P. (2006). *Psychanalyse et résilience*. Paris: Odile Jacob.
- Cyrulnik, B. (2010). *Mourir de dire, la honte*. Paris : Odile Jacob.
- Cyrulnik, B. et Jorland, G. (2012). *Résilience connaissance de base*. Paris : Odile Jacob.
- Debold, E., Brown, L.M., Weseen, S. et Brookins, G. (1999). Cultivating hardiness zones for adolescent girls : a reconceptualization of resilience in relations with caring adults. Dans Johnson, N. (dir.), Roberts, M. (dir.) et Worell, J. (dir.), *Beyond appearances a new look at adolescents girls* (p.181-204). Washington : American Psychological Association.
- Delage, M. (2010). Résilience et famille. Acte du congrès, 29-30-31, Octobre 2010, Paris : E.F.T.A . Récupéré de www.europeanfamilytherapy.eu/wp-content/uploads/2012/10/delagepleniere.pdf
- Delage, M. et Cyrulnik, B. (2010). *Famille et résilience*. Paris : Odile Jacob.

- Detychey, C. et Lighezzolo-Alnot, J. (2012). Résilience psychologique. Dans Cyrulnik, B. (dir.) et Jorland, G. (dir.), *Résilience connaissance de base (p.85-96)*, Paris : Odile Jacob.
- DiFulvio, G.t. (2011). Sexual minority youth, social connection and resilience : from personal struggle to collective identity. *Social Science and Medicine*, 72, 1611-1617.
- Dorvil, H. (dir.) (2007). *Problèmes sociaux- Théories et méthodologies de la recherche*, tome 3. Québec : Presses de l'Université du Québec à Montréal.
- Duhamel, M. et Fortin, A. (2004). Justification de la violence envers l'enfant chez des mères victimes de violence conjugale. *Revue Canadienne de santé mentale communautaire*, 23(1), 48-65.
- Dumont, M., Jean, M., Lavigne, M. et Stoddart, J. (1987). *Quebec Women a History*. Québec : The Women's Press.
- Dumont, F. (1994). Approche des problèmes sociaux. Dans Dumont, F. (dir.), Langlois, S. (dir.) et Martin, Y. (dir.), *Traité des problèmes sociaux (p. 1-22)*. Québec : Institut québécois de recherche sur la culture.
- DuMont, K.A., Widom, C.S., Czaja, S.J. (2007). Predictors of resilience in abused and neglected children grown up : the rôle of individual and neighbourhood characteristics. *Child Abuse and Neglect*, 31, 255-274.
- El Hage, F. et Reynaud, C. (2014). L'approche écologique dans les théories de l'apprentissage : une perspective de recherche concernant le sujet-apprenant, *Éducation et Socialisation*, 36. Récupéré de edso.revues.org/1048
- Ensink, K. et Normandin, L. (2013). *Introduction à la Thérapie basée sur la mentalisation (TBM) de Peter Fonagy et à la Psychothérapie focalisée sur le transfert (PFT) d'Otto F. Kernberg dans le traitement des troubles de la personnalité*. Actes du colloque 21 mars 2013, Montréal, Canada : Institut Douglas. Récupéré de www.douglas.qc.ca/events?date=2013-03-21
- Esparbes-Pistre, S., Sordes-Ader, F. et Tap, P. (1996). Stratégies de personnalisation et appropriation de compétences à l'adolescence : différences entre garçons et filles. Dans Lescarret O. (dir.) et De Léonadis, M. (dir.), *Séparation des sexes et compétences (p.247-277)*. Paris : L'Harmattan.
- Faircloth, B.S., and Hamm, J.V. (2005). Sense of belonging among high schools failing students representing 4 ethnic groups. *Journal of Youth and Adolescence*,

34, 293-309.

- Flores, J., Laforest, J. et Joubert, K. (2016). *La violence vécue par les Québécois avant l'âge de 16 ans et la santé à l'âge adulte : quels sont les liens?* Québec : Institut de la statistique du Québec.
- Fortin, A., Trabelsi, M. et Dupuis, F. (2002). Document synthèse de Fortin, A., Cyr, M. et Lachance, L., *Les enfants témoins de violence conjugale : analyse des facteurs de protection*, 2000. Montréal : Centre de liaison sur l'intervention et la prévention psychosociales (CLIPP).
- Franzosi, R.P. (2004). Thematic Analysis. Dans *Handbook of Data Analysis* (p.550-562), Hardy, M. et Bryman, A. (dir.). Londre : Sage.
- Feiring, C., Taska, L. et Lewis, M. (1998). The rôle of shame and attributional style in children's and adolescents' adaptation to sexual abuse. *Child Maltreatment*, 3(2), 129-142.
- Friedli, L. (2009). *Mental health, resilience and inequalities*. Copenhague : WHO Regional Office for Europe.
- Gagné, M-H. (2000). *Envisager, définir et comprendre la violence psychologique faite aux enfants en milieu familial*. (Thèse de doctorat). Université du Québec à Montréal.
- Gagné, M-H. (2001). Les pratiques parentales psychologiquement violentes : une menace à la santé mentale. *Canadian Journal of Community Mental Health*, 20(1), 75-106.
- Gagné, M-H., Lavoie, F. et Fortin, A. (2003). Élaboration de l'inventaire des conduites parentales psychologiquement violentes (ICPPV). *Revue canadienne des sciences du comportement*. 35(4), p.268-280.
- Gagné, M-H., Melançon, C., Pouliot-Lapointe, J., Lavoie, F. et Roy, M. (2010). Violence psychologique des parents rapportée par des jeunes à un service d'aide anonyme. *Revue Canadienne de santé mentale communautaire*, 29(2), 79-98.
- Garbarino, J. (2001). An Ecological Perspective on the Effects of Violence on Children. *Journal of Community Psychology*, 29(3), 361-378.
- Garbarino, J., Vorrasi, J.A. Et Kostelny, K. (2002). Parenting and public policy, Dans Bornstein, M.H. (ed.). *Handbook of parenting practical issues in parenting*

- (Vol.5). New Jersey : Lawrence Erlbaum Associates publishers :
- Garcia, B. et Petrovich, A. (2011). Strengthening the DSM. Incorporating resilience and cultural competence. New York : Springer.
- Garmezy, N. et Masten, A. (1986). Stress, competence and resilience : common frontiers for therapist and psychotherapist. *Behavior Therapy*, 17(5), 500-607.
- Garmezy, N. (1985). Stress resistant children : The search for protective factors. Dans J. Stevenson (Dir.), *Recent research in developmental psychopathology* (p.213-233). Oxford : Pergamon Press.
- Gauthier, M. (2000). L'âge des jeunes : «un fait social instable». *Lien social et politiques, Printemps 2000* (43), 23-32.
- Glaser, D. (2002). Emotional Abuse and Neglect (psychological maltreatment) : a Conceptual Framework. *Child Abuse and Neglect*, 26(6-7), 697-714.
- Greenberg, M.T. (2007). Promoting Resilience in Children and Youth; Preventive Interventions and their Interface with Neuroscience. *New York Academy of Sciences*, 1094, 139-150. Récupéré de onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1196/annals.1376.013/
- Hartling, L.M. (2008). Strengthening resilience in a risky world : it's all about relationships. *Women and Therapy*, 31(2-4), p.51-70.
- Hartling, L. et Lindner, E. (2011, 31 octobre). *Linda Hartling: Relational-Cultural theory*. [vidéo]. Récupéré de : https://www.youtube.com/watch?v=Ew4zBnz_GVc&t=7s
- Healy, K. (2014). *Social work theories in context, creating framework for practice*. Second edition. New York : Palgrave Macmillan.
- Heller, S.S., Larrieu, J.A., D'Imperio, R. et Boris, N.W. (1999). Research on resilience to child maltreatment : empirical considerations. *Child Abuse and Neglect*, 23 (4), p.321-338.
- Hendry, L.B., Roberts, W., Glendinning, A.G. Et Coleman, J.C. (1992). Adolescents' perceptions of significant others in their lives. *Journal of Adolescence*, 15, 255-270.
- Hesse-Biber, S. N. et Leavy, P. (2006). *The Practice of Qualitative Research*. Londre : Sage.

- Hurrelmann, K. et Hamilton, S.F. (1996). *Social Problems and Social Contexts in Adolescence, Perspective Across Boundaries*. [Document électronique]. New York: Aldine de Gruyter.
- Ionescu, S. et Jourdan-Ionescu, C. (2010). Entre enthousiasme et rejet : l'ambivalence suscitée par le concept de résilience. *Bulletin de psychologie*, 6(510), 401-403.
- Ionescu, S. (2015). De la résilience naturelle à la résilience assistée, dans Julien-Gauthier, F. (dir.) et Jourdan-Ionescu, C. (dir.), *Résilience assistée, réussite éducative et réadaptation* (p. 5-17). Québec : Centre de recherche et d'intervention sur la réussite scolaire.
- Jordan, J.V. (2000). The rôle of mutual empathy in relational/ cultural therapy. *Journal of Clinical Psychology*. In session, 56 (80), 1005-1016.
- Jordan, J.V. (2012). *Relational-Cultural Therapy*. (electronic book), Washington : American Psychological Association.
- Jordan, J. V. (2013a). *The Power of Connection : Recent Developments in Relational-Cultural Theory*. New York: Routledge. Récupéré de Google Books <http://books.google.ca/>
- Jordan, J.V. (2013b). Relational Resilience in Girls. Dans Goldstein, S. (dir.) et Brooks, R.B. (dir.). *Handbook of resilience in children* (2e éd.). New York : Springer.
- Joyal, R. (2000). *Entre surveillance et compassion l'évolution de la protection de l'enfance au Québec des origines à nos jours*. Québec : Presses de l'université du Québec.
- Kail, R. V. (2001). *Children and Their Development*. New Jersey : Prentice Hall.
- Lamoureux, A. (2000). *Recherche et méthodologie en sciences humaines* (2e éd.). Québec : Éditions Études Vivantes.
- Larose, F., Terrisse, B., Lenoir, Y. et Bédard, J. (2004). Approche écosystémique et fondements de l'intervention éducative précoce en milieux socio-économiques faibles. Les conditions de la résilience scolaire. *Brock Education Journal*, 13(2), 56-80.
- Lavergne, C., Clément, M.-E., Damant, D., Bourassa, C., Lessard, G. et Turcotte, P. (2011). Cooccurrence de violence conjugale et de maltraitance envers les enfants :

- Facteurs individuels et familiaux associés. *La revue internationale de l'éducation familiale*, 1(29), 37-61.
- Lemieux, D. (1995). Les enfants perdus et retrouvés : la recherche sur les enfants au Québec. *Recherches sociographiques*, 36(2), 327-352.
- Lin, N., Dean, A. et Ensel, W. (1986). *Social support, life events, and depression*. New York : New York Academic Press.
- Loi sur la protection de la jeunesse (2015). c P-34.1. Récupéré de www2.publicationsduquebec.gouv.qc.ca/dynamicSearch/telecharge.php?type=2&file=/P_34_1/P34_1.html
- Losel, F. et Bliesener, T. (1990). Resilience in adolescence : a study on the generalizability of protective factors. Dans Hurrelman, K.(dir.) et Losel, F. (dir.) *Health hazards in adolescence (p.104-135)* New York : Walter de Gruyter.
- Luthar, S.S., Cicchetti, D. et Becker, B. (2000). The Construct of Resilience : A Critical Evaluation and Guidelines for Future Work. *Child Development*, 71(3), 543-562.
- Macé, C. (2014). *La résilience de jeunes adultes après une prise en charge par les services de protection de la jeunesse : une perspective interactionniste*. (Thèse de doctorat). Université Laval. Récupéré de www.these.ulaval.ca/2014/30969/30969.pdf
- Maltais, C., Boisclair, S., Dubé, R. et JACOB, M. (2010) *Manuel de référence sur la protection de la jeunesse*. Québec :Gouvernement du Québec, Ministère de la Santé et des Services sociaux.
- Marriott, C., Hamilton-Giachritsis et Harrop, C. (2013). Factors promoting resilience following childhood sexual abuse : a structured, narrative review of the literature. *Child Abuse Review*, 23 (1), p.17-34.
- Marty, P. (1991). *Mentalisation et psychosomatique*. Paris : les Empêcheurs de tourner en rond.
- Massie, H. et Szajnberg, N. (2006). My life is a longing : Child abuse and its adult sequelae, Results of the Brody longitudinal study from birth to age 30. *International Journal Psychoanalysis*, 87, p.471-496.
- Masten, A. S. et Obradovic, J. (2006). Competence and Resilience in Development. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094(1), p.13-27,

<http://dx.doi.org/10.1196/annals.1376.003>.

- McLean, K. C. et Pasupathi, M. (2010). *Narrative Development in Adolescence; Creating the Storied Self*. [Document électronique]. New York: Springer editions
- Melançon, C. (2009) La violence psychologique entre les parents et leurs adolescents et l'adaptation des jeunes. (Thèse de doctorat). Université de Laval. Récupéré de www.these.ulaval.ca/2009/26452/26452.pdf
- Michallet, B. (2009). Résilience : Perspective historique, défis théoriques et enjeux cliniques. *Frontières*, 22(1-2), p.10-18.
- Naglieri, J. A., LeBuffe, P.A. Et Ross, K.M. (2013). Measuring resilience in children : from theory to practice, dans Goldstein, S. (dir.) et Brooks, R.B. (dir.). *Handbook of resilience in children* (2e ed.). New York : Springer.
- Organisation mondiale de la Santé (2014). La maltraitance des enfants. Récupéré de www.who.int/mediacentre/factsheets/fs150/fr/
- Paillé, P. (2007). La recherche qualitative, une méthodologie de la proximité. Dans H. Dorvil (dir.), *Problèmes sociaux-tome III : théories et méthodologies de la recherche* (p.409-443). Québec : Les presses de l'Université du Québec à Montréal.
- Papalia, D.E., Olds, S.W. Et Felman, R. (2010). *Psychologie du développement humain* (7e ed.). Chenelière McGraw-Hill.
- Parazelli, M. (2006) La prévention précoce au Québec : prélude à une biologie de la pauvreté? Actes du colloque «Pas de 0 de conduite pour les enfants de trois ans». *Société française publique* , (11), p.71-80.
- Parks, M. et Floyd, K. (1996). Meanings for closeness and intimacy in friendship. *Journal of Social and Personal Relationships*, 13(1), 85-107.
- Phillipson, C., Allan, G. et Morgan, D. (2004). *Social Networks and Social Exclusion; Sociological and Policy Perspectives*. Hampshire :Ashgate.
- Pouliot, E., Turcotte, D. et Monette, M.-L. (2009). La transformation des pratiques sociales auprès des familles en difficulté : du 'paternalisme' à une approche centrée sur les forces et les compétences. *Service Social*, 55(1), 17-30.
- Rapport Final du Comité sénatorial permanent des Droits de la personne (2007). *Les enfants : des citoyens sans voix, mise en œuvre efficace des obligations*

- internationales du Canada relatives aux droits des enfants*. Canada : Parlement du Canada.
- Rubin, A. et Babbie, E. (1997). *Research methods for social work* (3e ed.), California : Brooks/Cole.
- Runtz, M. G. et J. R. Schallow (1997). Social Support and Coping Strategies as Mediators of Adult Adjustment Following Childhood Maltreatment. *Child Abuse and Neglect*, 21(2), 211-226.
- Saleebey, D. (2002). *The strengths perspective in social work practice*. Third edition, Boston : Allyn and Bacon.
- Sameroff, A. J., Seifer, R., Barocas, R., Zax, M. et Greenspan, S. (1987). Intelligence Quotient Scores of 4-Year-Old Children : Social-Environmental Risk Factors. *Pediatrics*, 79(3), 343-350.
- Sattler, K.M.P., Font, S.A. (2018). Resilience in young children involved with child protective services. *Child Abuse and Neglect*, 75, 104-114.
- Sattler, K.M.P., Font, S.A. (2018). Resilience in young children involved with child protective services. *Child Abuse and Neglect*, 75, 104-114.
- Spencer, R., Jordan, J. V. et Sazama, J. (2004). Growth-Promoting Relationships between Youth and Adults : a Focus Group Study. *Families in Society : the Journal of Contemporary Social Services*, 85(3), 354-362.
- Sternberg, K.J., Baradaran, L. P., Annott, C.B., LAMB, M.E. et Guterman, E.(2006). Type of violence, age, and gender differences in the effects of family violence on children's behavior problems : A mega-analysis. *Developmental Review*, 26(1), 89-112.
- Suzuki, S.L., Geffner, R. et Bucky, S.F. (2008). The experiences of adults exposed to intimate partner violence as children : an exploratory qualitative study of resilience and protective factors. *Journal of emotional abuse*, 8(1-2), 103-121.
- Swick, K.J. et Williams, R.D. (2006) An Analysis of Bronfenbrenner's Bio-ecological Perspective for Early Childhood Educators : Implications for Working with Families Experiencing Stress. *Early Childhood Education Journal*, 33(5), 371-378.
- Tatar, M. (1998). Significant individuals in adolescence : adolescent and adults perspectives. *Journal of Adolescence*, 21(6), 691-702.

- Thompson Gershoff, E. (2002). Corporal Punishment by Parents and Associated Child Behaviors and Experiences : A Meta-Analytic and Theoretical Review. *Psychological Bulletin*, 128(4), 539-579.
- Thyer, B.A. (2001). *The handbook of social work research methods*. California : Sage publications inc.
- Tolan, P. (1996). How resilient is the concept of resilience? *The Community Psychologist*, 4 (October), 12-15.
- Torres, R. (2011). *In their own lives : a qualitative analysis of relational resilience in the lives of of gay, bisexual and questioning male youth*. (Thèse de doctorat). DePaul University. Récupéré de : <http://via.library.depaul.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1114&context=etd>
- Trocme, N., Maclaurin, B., Fallon, B., Daciuk, J., Billingsley, D., Tourigny, M., et al. (2001). *Canadian incidence study of reported child abuse*. Ottawa : Santé Canada.
- Trocme, N., Fallon, B., Maclaurin, B., Chamberland, C., Chabot, M. et Esposito, T. (2011). Shifting Definitions of Emotional Maltreatment : An Analysis Child Welfare Investigation Laws and Practices in Canada. *Child Abuse and Neglect*, 35 831-840.
- Ungar, M. (2012). (ed.). *The social ecology of resilience, a handbook of theory and practice*. New York : Springer-Verlag.
- Ungar, M. et Liebenberg, L. (2011). Assessing Resilience across Cultures using Mixed Methods : Construction of the Child and Youth Resilience Measure. *Journal of Mixed Methods*, 20(10), 1-24. Récupéré de <http://mmr.sagepub.com/content/early/2011/03/07/1558689811400607>
- Ungar, M. (2016, août). *The social ecologies of resilience: families, schools and communities*. Communication présentée au 3ième congrès mondial sur la résilience: résilience et culture, culture de la résilience. Trois-Rivières, Québec.
- U.S. Department of Health and Human Services, Administration of Children Youth Familiales (2005). *Child Maltreatment 2003*. Washington, DC : US Government Printing Office.
- Vaillant (1993). *The Wisdom of the Ego*. Cambridge :Harvard University Press.
- Van Hooland, M. (2011). *Maltraitance psychologique et résilience, approche psychosociale et biographique*. [Document électronique]. Paris: Éditions

l'Harmattan.

Werner, E. E. et Smith, R. S. (1992). *Overcoming the Odds; High Risk Children from Birth to Adulthood*. New York: Cornell University Press.

Wolfe, D. A. et McIsaac, C. (2010). *Distinguer entre le mauvais parentage/parentage dysfonctionnel et la violence psychologique envers les enfants*. Canada : Agence de Santé Publique du Canada.

Young, K. (1999). *The art of youth work*. Lyme Regis : Russell House.

Zolkoski, S.M. et Bullock, L.M. (2012). Resilience in children and youth : A review. *Children and Youth Services Review*, 34(12), 2295-2303.