

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL

VIOLENCE ET ARTS MARTIAUX : UNE EXPLORATION DE L'UNIVERS DE
SENS D'INTERVENANTES ET D'INTERVENANTS SOCIAUX

MÉMOIRE
PRÉSENTÉ
COMME EXIGENCE PARTIELLE
DE LA MAÎTRISE EN TRAVAIL SOCIAL

PAR
NICOLAS LACHANCE-BARBEAU

MARS 2022

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.04-2020). 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

La réalisation d'un mémoire de maîtrise, de l'élaboration du projet au dépôt, est un travail considérable. Dans ce cas-ci, tout ce cheminement fut fait alors que je travaillais à temps plein à l'organisme RAP Jeunesse, d'abord comme travailleur de rue, puis comme coordonnateur de projet. Le processus a été parsemé d'évènements heureux mais ô combien demandants: bien-sûr, la naissance de mes deux enfants, Élias et Mathis, mais également l'ouverture d'une école d'arts martiaux communautaire à Saint-Laurent et le passage de ma ceinture noire en jiu-jitsu brésilien. Évidemment, un tel travail dans un tel contexte est impossible sans l'aide et le soutien de plusieurs personnes.

Dans un premier temps, je tiens à remercier mon directeur François Huot pour son encadrement et sa disponibilité constante, tout au long du processus, alors même qu'il a pris depuis peu sa retraite.

Un énorme merci à ma conjointe Corinne, pour son aide constante, son soutien moral pendant mes périodes de découragement et tout le travail additionnel qu'elle a dû accomplir pendant mes périodes de travail.

Merci à mon fils Élias pour sa patience quand papa était indisponible pour jouer, et merci à mon fils Mathis pour être né juste au bon moment, alors que le sprint final achevait!

Merci également à Nicole, pour la révision du texte, mais aussi pour m'avoir permis, avec Denis, des longues périodes de rédaction au chalet. Merci à mes parents, Denys et Suzanne, pour les périodes de gardiennage qui m'ont permis d'avancer.

Merci à mon ancien patron, Jean-François, pour avoir été si compréhensif dans l'aménagement de mon horaire et pour m'avoir libéré pendant quelques heures pour ma recherche.

Merci à Étienne pour ce conseil: « tu t'assoies, tu ouvres une bière et tu écris! » Ce n'est pas tombé dans l'oreille d'un sourd.

Finalement, merci aux participantes et participants pour leur générosité et la richesse de leurs paroles.

DÉDICACE

"Connaitre ne suffit pas. Il faut appliquer. Vouloir ne suffit pas. Il faut agir."
-Bruce Lee

*À la mémoire de Jacques Hébert,
dont la passion était contagieuse.*

TABLE DES MATIÈRES

| | |
|--|------|
| REMERCIEMENTS..... | iii |
| DÉDICACE | v |
| TABLE DES MATIÈRES..... | vi |
| RÉSUMÉ | viii |
| INTRODUCTION | 1 |
| CHAPITRE 1 : LE PROBLÈME À L'ÉTUDE | 5 |
| 1.1 La recension des écrits..... | 5 |
| 1.1.1 Les arts martiaux pour contrer les comportements violents | 5 |
| 1.1.2 Les arts martiaux comme outil d'empowerment | 11 |
| 1.2 L'état des lieux de l'intervention par les arts martiaux à Montréal..... | 14 |
| 1.3 L'objectif et la question de recherche | 18 |
| 1.3.1 Deux tendances majeures..... | 18 |
| 1.3.2 L'objectif..... | 19 |
| CHAPITRE 2 : LE CADRE THÉORIQUE | 21 |
| 2.1 La sociologie clinique..... | 21 |
| 2.2 La violence..... | 26 |
| CHAPITRE 3 : LA MÉTHODOLOGIE | 35 |
| 3.1 La stratégie de recherche | 35 |
| 3.1.1 La méthode d'analyse et le positionnement épistémologique..... | 35 |
| 3.2 Le champ d'analyse et la population à l'étude | 37 |
| 3.2.1 L'échantillonnage..... | 37 |
| 3.3 Les instruments et procédures de cueillette des informations | 38 |
| 3.3.1 Des entrevues semi-dirigées | 38 |
| 3.3.2 Le déroulement des entretiens | 39 |

| | |
|--|-----|
| 3.4 Les considérations éthiques pertinentes..... | 40 |
| 3.5 Les limites de l'étude | 41 |
| CHAPITRE 4 : LES RÉSULTATS | 43 |
| 4.1 Le portrait des personnes rencontrées..... | 43 |
| 4.1.1 La pratique des arts martiaux..... | 44 |
| 4.1.2 La formation scolaire et l'expérience de travail | 44 |
| 4.1.3 Le parcours de vie..... | 45 |
| 4.1.4 Pourquoi les arts martiaux comme outil d'intervention? | 46 |
| 4.2 La violence..... | 49 |
| 4.2.1 Une définition | 49 |
| 4.2.2 Les types de violence..... | 54 |
| 4.2.3 La violence dans la pratique des arts martiaux | 63 |
| 4.2.4 Le droit à la violence | 65 |
| 4.3 L'intervention..... | 66 |
| 4.3.1 Les arts martiaux..... | 66 |
| CHAPITRE 5 : DISCUSSION | 84 |
| 5.1 La violence dans les énoncés de ces intervenants..... | 85 |
| 5.2 La pratique des arts martiaux en contexte d'intervention..... | 92 |
| 5.3 Les rôles et processus sociaux de l'intervention | 99 |
| CONCLUSION..... | 106 |
| ANNEXE A : SCHÉMA D'ENTREVUE..... | 109 |
| ANNEXE B : CERTIFICAT D'APPROBATION ÉTHIQUE | 110 |
| ANNEXE C : FORMULAIRE DE CONSENTEMENT..... | 111 |
| BIBLIOGRAPHIE..... | 114 |

RÉSUMÉ

Ce mémoire explore comment s'articule le concept de violence dans l'univers de sens d'intervenantes et d'intervenants qui utilisent les sports de combat et les arts martiaux comme outil d'intervention psychosociale et communautaire. Plus précisément, ce mémoire vise à rendre compte des différentes visions de la violence dans les énoncés de ces personnes et à comprendre comment celles-ci donnent sens à la pratique des arts martiaux en contexte d'intervention et à l'intervention en elle-même. Dans une perspective critique, il s'agit d'explorer l'interprétation qu'ont ces individus du rôle social de leur pratique. Au total, huit intervenantes et intervenants ont accepté de participer à la recherche. À l'aide des balises de la sociologie clinique, des entrevues semi-dirigées ont été effectuées. Cela a permis d'établir un rapide portrait des personnes rencontrées, de faire ressortir leur conception de la violence et de voir comment et pourquoi elles utilisent les arts martiaux en contexte d'intervention. À partir de la typologie de la violence établie par le philosophe Slavoj Zizek, le mémoire a fait ressortir comment les intervenantes et intervenants reconnaissent facilement la violence objective et symbolique, mais plus difficilement la violence systémique. Il est également ressorti que les intervenantes et intervenants utilisent les arts martiaux et sports de combat, car ils permettent de travailler sur la violence en la faisant vivre de manière symbolique, de renforcer le lien de confiance et de modifier le rapport au corps. Il a été vu que les intervenantes et intervenants utilisent principalement les arts martiaux et sports de combat dans une perspective clinique et normative, soit afin d'améliorer l'épanouissement personnel et d'améliorer le fonctionnement social des participantes et participants dans un cadre normatif. Les propos de quelques intervenantes et intervenants laissent entrevoir l'existence de ce que l'on pourrait nommer un « droit à la violence » pour les personnes opprimées et pacifiées.

Mots-clés : travail social, violence, intervention, arts martiaux, sports de combat, Slavoj Zizek.

INTRODUCTION

Plusieurs personnes décident de s'initier aux arts martiaux pour les avantages qu'ils procurent pour un individu, que ce soit au niveau des valeurs auxquels ils sont associés, de la discipline personnelle qu'ils requièrent de développer ou de ses bienfaits pour la santé. On prête souvent aux arts martiaux et aux sports de combat plusieurs vertus, comme si elles étaient intrinsèques à sa pratique. Ils permettraient un plus grand contrôle de soi, doteraient ses pratiquantes et pratiquants une discipline personnelle et permettraient de canaliser l'agressivité.

Compte tenu des nombreux bénéfices supposés pour l'individu, plusieurs travailleuses sociales, travailleurs sociaux et personnes du milieu de l'intervention utilisent les arts martiaux pour travailler auprès de populations diverses, avec des objectifs tout aussi variés. Certains pratiquent les arts martiaux avec des jeunes « à défi », en visant le contrôle de la colère, la réduction des comportements violents ou l'adoption d'attitudes prosociales. D'autres les utilisent auprès de populations marginalisées, afin d'aider au développement de la confiance en soi, d'habiletés sociales, d'une discipline personnelle et d'une capacité à répondre face à la violence. Quelques-uns y voient même un outil d'intervention collective qui vise à augmenter la confiance et le pouvoir d'agir de communautés victimes de violences systémiques.

Dans tous ces usages, une constante s'impose : les arts martiaux semblent être considérés comme un outil privilégié pour travailler avec la violence. Mais pourquoi choisir les arts martiaux? Et quelles utilités ont ces disciplines dans un tel contexte d'intervention? C'est à ces questions, entre autres, que la présente recherche tente de

répondre, en utilisant les outils issus de la sociologie clinique (De Gaulejac, 2007) et les concepts développés par Zizek (2012) dans ses travaux sur la violence.

Mon intérêt pour ce sujet n'est, bien évidemment, pas étranger à mes expériences personnelles de vie. Je me suis mis à la pratique des arts martiaux au tournant des années 2000, au beau milieu d'une adolescence turbulente. Au cours des années, j'ai pratiqué plusieurs disciplines et j'ai pu voir dans plusieurs milieux toute l'influence que peut avoir une professeure ou un professeur sur la vie de ses élèves. J'ai toujours eu la chance d'avoir des instructrices et instructeurs qui m'ont accompagné en faisant les liens nécessaires entre la pratique martiale et la vie quotidienne, ce qui m'a permis de développer une discipline personnelle, un contrôle de moi-même et une éthique de travail qui me servent tous les jours. Les arts martiaux sont devenus un élément central et structurant dans ma vie, et aujourd'hui comme à l'époque, les compétences que j'ai développées par leur pratique m'ont permis de passer à travers de nombreuses épreuves. Maintenant, c'est à mon tour de transmettre ces valeurs et compétences acquises par des années de travail, car j'enseigne depuis quelques années le jiu-jitsu brésilien et la boxe thaïlandaise dans des académies d'arts martiaux.

En tant qu'intervenant dans le milieu communautaire, j'ai également eu la chance de mettre sur pied certains programmes d'intervention par les arts martiaux, d'abord à Sherbrooke, avec un projet se déroulant dans un centre de traitement pour les dépendances puis en recevant des jeunes de quinze à trente ans référés par des organismes à l'académie où j'enseignais. Ayant déménagé à Montréal par la suite, j'ai monté, en tant que travailleur de rue dans l'arrondissement Saint-Laurent pour l'organisme RAP Jeunesse (Rue-Action-Prévention), un projet d'intervention par les arts martiaux auprès de jeunes désaffiliés ou à risque de rupture sociale de quinze à vingt-cinq ans. Ce projet, le Club d'arts martiaux de Saint-Laurent, est aujourd'hui dans sa cinquième année et m'occupe maintenant à temps plein. Le Club compte

maintenant quatre volets : le Lion Kings MMA, un projet d'intervention auprès des jeunes de quinze à vingt-cinq ans à travers les sports de combat; le Bravado Saint-Laurent, une école d'arts martiaux communautaire à bas tarif pour promouvoir l'accessibilité des arts martiaux; des cours d'initiation aux sports de combat et des ateliers d'autodéfense gratuits pour femmes et adolescentes en non-mixité et finalement; des ateliers d'initiation aux arts martiaux offerts dans les écoles, les maisons des jeunes et tout autre lieu de rassemblement de la jeunesse. C'est donc animé par une passion bien personnelle que j'entame cette démarche de recherche; je souhaite me servir de mon parcours universitaire pour prendre du recul, étudier certaines questions et explorer des aspects qui me semblent moins bien documentés en ce qui a trait à l'intervention par les arts martiaux et les sports de combat.

Dans un premier temps, ce mémoire fait un survol de la littérature existante sur le sujet, en explorant les écrits sur les liens entre les arts martiaux et l'intervention psychosociale, mais également en faisant un état des lieux des initiatives d'intervention par les arts martiaux au Québec. Ensuite, les bases d'un cadre théorique qui a servi à guider l'analyse des données recueillies sont explicitées. Les fondements théoriques de la sociologie clinique et des sociologies implicites seront survolés, puis une exploration de la typologie de la violence établie par Slavoj Zizek ainsi que ses applications dans le cadre de la présente recherche sera faite. Ce chapitre se terminera par une présentation des travaux du psychanalyste Jean Bergeret ainsi que du travail des chercheurs et chercheuses autour du groupe de recherche Violence, recherche et Formation (VIRFO).

Les éléments méthodologiques qui serviront de balises et permettront de mener cette recherche à terme seront également présentés, en définissant la stratégie de recherche et le champ de recherche, en présentant les outils qui ont servi, de la collecte des données à l'analyse, et en faisant un survol des considérations éthiques pertinentes.

Ensuite, les résultats du travail de recherche sur le terrain sont présentés en faisant ressortir les idées principales des personnes rencontrées, suivi d'une courte présentation générale du profil des participantes et participants. Par la suite, les thématiques principales qui ressortent de leur discours, en ce qui a trait à la violence et à l'intervention par les arts martiaux et les sports de combat, seront exposées.

Pour terminer, une discussion sur les idées principales qui sont ressorties de cette recherche sera effectuée, en les analysant à l'aide des écrits des différents auteurs identifiés dans le cadre théorique. Cette recherche se terminera par une analyse de la vision de la violence qui ressort du discours des intervenantes et intervenants, du sens qu'ils donnent à la pratique de l'intervention par les arts martiaux et sports de combat et de leur interprétation du rôle social de leur pratique.

Il est espéré que cette recherche permettra de faire ressortir la vision générale de la violence qu'ont les intervenantes et intervenants qui utilisent les arts martiaux et sports de combat comme outil d'intervention et comment cette vision s'articule dans leur discours.

CHAPITRE 1

LE PROBLÈME À L'ÉTUDE

Dans ce chapitre, les idées principales qui ressortent des écrits scientifiques publiés au sujet de l'intervention par les arts martiaux et les sports de combat seront vues. D'abord, une exploration de ce qu'on en dit comme outil pour agir sur la violence puis de ce que la littérature scientifique dit sur son utilisation comme outil d'empowerment sera faite. Ensuite, l'état des lieux des pratiques d'intervention par les arts martiaux et sports de combat dans la grande région de Montréal sera présenté. À la fin du chapitre, les objectifs et la question qui servira de base à la présente recherche seront établis.

1.1 La recension des écrits

Cette première section vise à faire une exploration rapide de la littérature scientifique publiée sur le sujet, tout en faisant ressortir les thématiques et idées principales.

1.1.1 Les arts martiaux pour contrer les comportements violents

Plusieurs recherches traitent des arts martiaux comme outil d'intervention, et les avantages de ce type d'intervention auprès des jeunes sont de mieux en mieux démontrés. Dans une étude réalisée auprès de jeunes en difficulté scolaire pratiquants le karaté-do, Masciotra et al. (2011) démontrent que des résultats sont manifestes sur le plan de l'estime de soi, de la confiance en soi, de la relation avec l'autre, de l'apprentissage du contrôle de soi, du pouvoir d'exprimer ses besoins et ses émotions,

de l'affirmation de soi, de la motricité fine et de la concentration. Dans une recherche effectuée en 2007-2008 auprès de jeunes judiciairisés, Zanna (2011) écrit que « [...] la mise en scène de l'expérience partagée de la douleur générée par la pratique de la savate boxe française (SBF) peut permettre à certains mineurs délinquants d'apprendre à mieux gérer les situations d'angoisse qui appellent parfois le passage à l'acte violent » (Zanna, 2011, p.287). Selon Zanna, le partage des émotions reliées à la douleur permet à ces jeunes d'aller à la rencontre de l'autre, de se reconnaître dans sa douleur et de développer de l'empathie.

Plusieurs auteurs se sont intéressés dès les années 1990 à la question de l'utilisation des arts martiaux comme outil pour travailler auprès d'adolescents dits « violents ». Une initiative documentée visait à établir les bases d'un programme d'intervention par les arts martiaux qui avait pour but d'agir auprès de jeunes adolescents violents, membres ou susceptibles de devenir membres d'un gang de rue. Ce programme vise à combler les besoins d'affiliation, d'appartenance et de sécurité de la personne tout en lui enseignant les principes de la non-violence (Twemlow et Sacco, 1998). Un programme d'arts martiaux visant à contrer l'intimidation et la violence dans les écoles primaires a également été mis sur pied et documenté. Ce programme a montré des résultats intéressants en ce qui a trait à la réduction des comportements violents et à l'adoption de conduites prosociales chez les jeunes garçons (Twemlow et al, 2008). Un programme semblable monté dans une école de Philadelphie auprès d'adolescents à haut risque de comportements violents et délinquants montre également des résultats similaires après trente cours de karaté, au rythme de trois cours par semaine pendant dix semaines (Zivin et al, 2001). Les mêmes résultats de réduction de comportements agressifs et d'adoption de conduites prosociales peuvent être atteints en utilisant la capoeira¹ avec des adolescents à risque (Burt et Butler, 2011). Les sports de combat, comme la boxe, peuvent également être utilisés pour travailler

¹ La capoeira est un art martial afro-brésilien qui mélange techniques martiales, danse et musique.

auprès de jeunes à risque. Pratiqué en groupe et sous la supervision d'un travailleur social, ce sport permet de développer un sentiment d'appartenance, le respect, le leadership, la discipline et favorise le contrôle de soi et la concentration. De plus, le contexte de groupe permet le développement de l'empathie et est idéal pour aborder la question de la violence avec les jeunes (Wright, 2006)

Loutfi (2011a) a fait son mémoire en sociologie sur les écoles d'arts martiaux comme lieux de socialisation. Cette recherche est particulièrement pertinente pour le champ du travail social, car elle a documenté les effets positifs de la participation à un programme d'arts martiaux sur les jeunes de la rue fréquentant un organisme communautaire du centre-ville de Montréal. Avec d'autres auteurs, il a également documenté une expérience réalisée dans des écoles secondaires de la grande région de Montréal et les conséquences positives que de tels ateliers tenus dans les écoles peuvent avoir sur des élèves à défi en termes d'amélioration de la confiance en soi, du contrôle de soi et du développement d'attitudes prosociales (Hébert et al, 2010). Bernard (2011) rapporte que les liens étroits qui unissent les pratiquantes et pratiquants d'arts martiaux peuvent servir de protection émotionnelle en cas de conflit et faciliter la transition lorsque la professeure ou le professeur fournit l'accompagnement auprès des jeunes pendant la durée de la crise.

Certains auteurs, parmi lesquels Jacques Hébert, prétendent que, contrairement aux croyances populaires, les arts martiaux, tout comme les autres sports, ne portent pas intrinsèquement la capacité d'inculquer le contrôle de soi et la discipline personnelle (Hébert, 2003; Hébert, 2016). Pour pouvoir appliquer dans leur vie les valeurs apprises dans le sport, les pratiquantes et pratiquants ont besoin d'accompagnement de la part d'intervenantes ou d'intervenants qui sont cohérents dans leur message tout comme dans leurs actions. L'enseignante ou l'enseignant d'un art martial doit cumuler plusieurs rôles, entre autres, ceux de spécialiste technique, de pédagogue, d'enseignante ou d'enseignant et d'éducatrice ou d'éducateur et faire des liens entre la

philosophie et les valeurs apprises dans la pratique et la vie quotidienne (Hébert, 2011b). La façon dont il transmet son message et le contenu de ce message revêtent également une très grande importance (Ortega, 1996 dans Hébert, 2011b).

Ali, et les princes de la rue, un organisme du quartier Saint-Michel à Montréal qui fait de l'intervention par les arts martiaux et les sports de combat auprès de jeunes en difficulté et à risque issus de différents milieux (Ali et les princes de la rue, 2015) semble offrir un sujet d'étude assez intéressant, ayant fait l'objet d'au moins deux évaluations récentes de ses pratiques (Tichit et al, 2014; Gaudreault, 2015) ainsi que d'un rapport de stage de maîtrise. Les conclusions semblent également aller dans le même sens que les études citées plus haut.

La première évaluation, financée par la Ville de Montréal et le Ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale, visait à évaluer les effets directs et indirects du programme sur la santé globale des jeunes y participant (Tichit et al, 2014). Pour ce faire, l'équipe de recherche a interviewé sept jeunes et quatre intervenantes et intervenants ayant participé au programme lors de l'année 2010. Comme lors des recherches précédentes, les chercheurs et chercheuses ont remarqué les effets directs liés à la baisse des conduites agressives, à un plus grand contrôle de soi, à une amélioration de la santé physique, à l'acquisition d'une endurance physique, ainsi qu'au développement de son estime et de sa confiance en soi. Cependant, Tichit et al. (2014) notent une lacune dans le programme au niveau du continuum de service : le référencement et l'implication de partenaires semblent déficients, il y aurait un manque de suivi à long terme après la participation au programme et le financement non récurrent nuit à la pérennité des programmes. Il est également mentionné que le programme de l'organisme vise à apprendre aux jeunes participantes et participants des stratégies de résolution pacifique des problèmes et conflits, ce qui semble avoir des résultats chez les jeunes interviewés qui mentionnent dans l'étude se sentir plus aptes à régler des conflits de manière pacifique (Tichit et al, 2014).

La seconde évaluation a été réalisée dans le cadre d'un projet de recherche d'une étudiante à la maîtrise en criminologie de l'Université de Montréal (Gaudreault, 2015). Réalisée entre les mois d'octobre 2014 et de janvier 2015 et s'appuyant sur de l'observation participante et des entretiens semi-dirigés avec dix jeunes ayant participé au programme ainsi que deux intervenants, cette recherche met en exergue de nombreuses lacunes dans le fonctionnement actuel du programme. Ces lacunes font en sorte de créer un environnement apathique qui ne permet pas à tous les participantes et participants de profiter des bénéfices directs et indirects de ce mode d'intervention (Gaudreault, 2015). Dans les deux études, il est relaté que la philosophie de l'organisme s'articule autour de la canalisation de l'agressivité et la violence qui « nous rongent à l'intérieur » (Tichit et al, 2014, p. 04, Gaudreault, 2015, p. 30). Malgré cela, une des deux recherches rapporte qu'à la fin du programme « les participants ne semblent pas avoir intégré les valeurs de non-violence prônées par ces sports ». Carrier (2014) a documenté l'intervention qu'elle a effectuée dans ce même organisme dans le cadre de son stage de maîtrise en travail social. La stagiaire a utilisé l'intervention de groupe auprès des participantes et participants à l'un des programmes sportifs de l'organisme pour amener les jeunes à faire des liens entre les valeurs apprises dans la pratique des sports de combat et la vie quotidienne. Son analyse démontre qu'en plus de permettre ces transferts d'apprentissages, l'intervention de groupe permet de mettre en lumière les types de transfert constatés et les éléments du milieu de la personne participante favorables à l'actualisation de ces transferts.

Jacques Pain, professeur en Sciences de l'éducation à l'université de Paris Ouest s'intéresse aux questions de la violence à l'école et dans les milieux institutionnels et a récemment publié un livre collaboratif, *La non-violence par la violence* (Pain, 1999a) dans lequel il signe d'ailleurs plusieurs chapitres traitant principalement des liens entre la violence, les arts martiaux et le travail des éducatrices et éducateurs

œuvrant dans le milieu institutionnel. Il est l'un des seuls auteurs traitant de la question des arts martiaux qui s'aventure à esquisser une définition de la violence.

Dans un chapitre publié dans son livre *La non-violence par la violence*, Pain (1999c) utilise d'abord la définition d'Yves-Alain Michaud : « [l]a violence est une action directe ou indirecte, massée ou distribuée, destinée à porter atteinte à une personne ou à la détruire, soit dans son intégrité physique ou psychique, soit dans ses possessions, soit dans ses participations symboliques » (Michaud, 1973 dans Pain, 1999c), tout en l'entendant également au sens de « violence fondamentale » du psychanalyste Jean Bergeret comme une composante fondamentale constitutive de la conscience et du sujet (Bergeret 1985, dans Pain, 1999c). C'est cette hostilité primaire, cette violence vitale profonde qui serait à l'œuvre dans le Budo, le combat à main nue. Cette violence est à la base de la construction identitaire primaire narcissique, et s'exprime dans la relation avec l'altérité, par un besoin de réduire le danger que l'Autre représente en s'assurant un contrôle et un assujettissement approprié de l'autre et du territoire à travers deux réactions fondamentales : la séduction ou la menace de violence physique. Dans cette logique, la délinquance serait comprise comme une conduite identitaire à part entière, une réponse nécessaire suite à la cumulation d'une violence vitale (Pain, 1999c).

Selon Pain, ce qui fait la force des arts martiaux, c'est qu'ils plongent au cœur de cette violence pour la civiliser au risque de s'y prendre, au noyau des fantasmes, en cultivant les pulsions, en raffinant les destructions et les déstructurations. En apprivoisant la violence, les arts martiaux permettent de la démarginaliser, de la décomportementaliser et de pacifier les peurs profondes (Pain, 2011).

Pain ne nie pas, également, qu'une certaine forme de violence systémique existe, mais ne s'y attarde pas. Selon lui, les incarnations de la violence systémique les plus évidentes sont les atrocités commises par des gouvernements ou des structures

autoritaires sous la forme de massacres généralisés ou de sacrifices humains et ne peuvent s'expliquer par des logiques politiques, économiques ou culturelles et renvoient donc à la violence fondamentale. Cette violence est naturelle, primitive et vitale, intrinsèque à la nature humaine, qui affecte le sujet dès sa naissance (Pain, 1999c).

1.1.2 Les arts martiaux comme outil d'empowerment

Les arts martiaux et les techniques d'autodéfense sont aussi utilisés comme outil d'empowerment auprès de populations victimes de violence. Plusieurs groupes et organismes montréalais donnent des cours d'autodéfense dans une perspective féministe, mais peu de textes scientifiques ont été publiés dans la province à ce sujet; la situation est bien différente chez nos voisins du sud et dans le Canada anglais, où le sujet est bien documenté. Le mouvement de l'autodéfense féministe aux États-Unis s'est développé dans les années 1970 alors que des femmes se sont regroupées par affinité et par intérêt, et le mouvement s'est étendu peu à peu alors que des groupes locaux, formés par des femmes ayant participé à des ateliers d'autodéfense, s'organisèrent par eux-mêmes un peu partout aux États-Unis (Searles et Berger, 1987).

Dans *The Feminist Self-Defense Movement : A Case Study*, Searles et Berger (1987) expliquent que par la diffusion des principes féministes de renforcement du droit à l'autodéfense, de la conscience de son corps et de l'amour propre, l'autodéfense féministe peut permettre de réduire les effets de la socialisation qui pousse les femmes à la passivité et la soumission, ce qui participe à l'empowerment de leur genre au sein de leurs communautés. Deux études (Liebling, 2006; Ball et Martin, 2012) démontrent une amélioration de la confiance en leurs moyens d'autodéfense et une réduction de la peur chez des femmes ayant suivi des cours d'autodéfense pour femmes qui incluait des discussions en classe sur la prévention des agressions

sexuelles. L'une de ces études a également montré les avantages de cette méthode en comparaison avec un groupe de femmes ayant pratiqué les arts martiaux traditionnels et un groupe témoin (Ball et Martin, 2012). Cette étude vient démontrer que l'apprentissage technique n'est pas le seul facteur dans la réduction de la peur et l'augmentation du sentiment d'auto-efficacité des femmes. Elle met en évidence l'importance accordée aux discussions et aux interventions visant l'empowerment dans les cours d'autodéfense pour femmes.

Une autre étude publiée en 2014 et effectuée au cours d'un an sur 286 femmes séparées en deux groupes, l'un ayant participé à une formation en autodéfense de 30h et l'autre étant le groupe témoin, démontre que la participation à une formation de 30 heures en autodéfense féministe réduit non seulement le nombre d'agressions sexuelles, mais réduit également de manière importante le nombre de tentatives d'agressions sexuelles (Hollander, 2014). Selon l'auteure, ce résultat serait dû à une meilleure capacité chez les femmes formées en autodéfense à détecter les signes précurseurs d'une agression, une plus grande confiance dans leur capacité à accepter ou non des interactions avec les hommes et une plus grande fermeté dans leur affirmation verbale, ce qui pourrait avoir comme effet de décourager de potentiels agresseurs. Dans le même ordre d'idée, Thompson (2014) avance que l'autodéfense féministe donne confiance aux femmes en les outillant et en formant leurs corps pour reconnaître, prévenir et interrompre la violence, ce qui leur permet de devenir de puissantes agentes de changement social. Une autre étude, réalisée auprès de 500 adolescentes kényanes vivant dans une communauté où le taux d'agressions sexuelles est particulièrement élevé, montre une réduction du nombre d'agressions vécues par les jeunes Kényanes ayant suivi une formation en autodéfense de 24% dans l'année précédant la formation à 9% pour l'année suivant la formation. De plus, 56% des jeunes femmes suivies dans l'étude ont mentionné avoir utilisé les techniques verbales et physiques enseignées dans les cours pour repousser une agression (Sinclair et al, 2013).

Malgré les résultats positifs démontrés, certaines féministes critiquent le mouvement de l'autodéfense féministe, prétendant que le fait d'agir auprès des cibles des agressions sexuelles fait porter aux femmes la responsabilité de s'assurer de leur sécurité, ce qui revient à blâmer la victime d'une certaine façon, et que ces cours sont inefficaces contre la plupart des agressions sexuelles, qui sont commises par des proches (Cahill et Hunt, 2016). Ces arguments sont contestés par plusieurs auteures. McCaughey (1998) avance que les opposantes à l'autodéfense féministe voient le corps de la femme comme étant la cible de la violence patriarcale (réelle ou symbolique), et que ces féministes conceptualisent la violence comme étant fondamentalement oppressive, dégradante, inappropriée et masculiniste. Or, elle invite plutôt les féministes à revoir leurs conceptions, à se réapproprier et à apprivoiser la violence par l'autodéfense féministe, qui est une pratique qui réitère et célèbre le potentiel de la femme pour la violence. Cette réappropriation est une manière pour la femme de développer son corps comme construction sociale et comme un outil politique signifiant. D'autres auteures (Aaltonen, 2012; Cahill et Hunt, 2016) invitent les féministes à voir l'autodéfense féministe comme une intervention aidant les femmes à se réapproprier leur corps par l'entraînement physique et le développement du potentiel violent de leur corps, ce qui permet d'interrompre et de donner des alternatives aux habitus corporels traditionnels issues du patriarcat et perpétuant la culture du viol.

Un autre groupe social a utilisé les arts martiaux dans une optique d'empowerment des communautés pour répondre à une violence systémique. Dans un article décrivant une étude ethnographique effectuée dans deux écoles d'arts martiaux du *South Side* de Chicago, Wyrod (1999) démontre comment l'activité physique en groupe permet une appropriation de leur propre corps de la part des individus participants. Par le travail en commun, le sport permet la construction d'une identité collective qui sert de rempart face aux oppressions de classe et raciales vécues dans le quotidien au sein

d'une société hostile. De plus, pour des jeunes victimes d'un racisme quotidien qui affecte la vision qu'elles peuvent avoir de leur corps et qui fait peser sur elles une menace quotidienne à leur survie, les arts martiaux peuvent permettre de construire une confiance par la réappropriation du corps et des liens de solidarité.

Dans un mémoire non publié, une autre auteure, Maryam Khadijah Aziz (2013) tente de démontrer que les arts martiaux ont joué un rôle majeur dans la construction identitaire des personnes afro-américaines. Elle prétend que ces arts ont été massivement utilisés lors de la période narrative du « Black Power Movement », période d'autodéfense, d'autodétermination et de développement des communautés et des institutions noires américaines. Les arts martiaux font, selon elle, partie du « Black Arts Movement » (BAM), car comme les autres arts de l'époque, ils visent à défendre le corps et la communauté en utilisant la technique et le design.

1.2 L'état des lieux de l'intervention par les arts martiaux à Montréal

Cette section vise à faire un état des lieux de la situation montréalaise en recensant au mieux les initiatives où des intervenantes et intervenants utilisent les arts martiaux, les sports de combat ou les systèmes d'autodéfense comme outil d'intervention psychosociale ou communautaire

L'île de Montréal comporte de nombreuses initiatives d'intervention par les arts martiaux et les sports de combat, que ce soit auprès des élèves à défi, des jeunes à risque de rupture sociale, des adultes marginalisés ou des femmes. Un état de la situation montréalaise en ce qui a trait aux initiatives qui visent un accompagnement psychosocial des participantes et participants ou leur empowerment collectif sera présenté.

Comme il a été mentionné ci-haut, l'organisme Ali et les princes de la rue, situé dans le quartier Saint-Michel, est l'un des organismes utilisant les arts martiaux et les sports de combat comme outil d'intervention psychosociale ayant fait couler le plus d'encre. Ses nombreux programmes démontrent la diversité d'intervention qui peut être faite autour des activités sportives. L'organisme compte actuellement cinq programmes, dont un de sport-étude pour lutter contre le décrochage scolaire, un programme de réinsertion socioprofessionnelle autour de la gestion d'une salle d'arts martiaux, un projet d'échange international par les arts martiaux, un programme sportif lors des suspensions scolaires et un programme de mentorat pour les jeunes aux prises avec des problèmes de comportement.

Dans une optique similaire, le policier montréalais Evens Guercy a fondé en 2005 le club de boxe l'Espoir dans le quartier Saint-Michel afin de prévenir la délinquance chez les jeunes du quartier (Tison, 2013). Le club qui a déménagé à quelques reprises, est maintenant dans le quartier Hochelaga-Maisonneuve et s'appelle le club de boxe les Géants (FQBO, s.d.). En plus du club de boxe, Evens Guercy a mis sur pied sa propre fondation, qui a pour mission de combattre l'exclusion sociale en misant sur la réussite scolaire, la persévérance scolaire et les saines habitudes de vie (Guercy, 2014).

Parmi les documents scientifiques recensés, on peut trouver un certain nombre d'autres initiatives d'intervention par les arts martiaux qui ont eu lieu sur le territoire de l'île de Montréal entre 2000 et 2017. Jacques Hébert, professeur au département de travail social et pratiquant de karaté-do, a enseigné les arts martiaux dans une optique d'intervention psychosociale pendant de nombreuses années. Après avoir démarré des programmes de karaté-do auprès d'élèves à défi dans les écoles secondaires Garneau et Pierre-Dupuy à Montréal (Bourdon, 2007), il a lancé un programme d'intervention par le karaté-do en partenariat avec l'organisme de suivi alternatif en santé mentale Diogène. Cette recherche-action en travail social de groupe vise à travailler sur la

confiance en soi, l'estime de soi, et la solidarité d'adultes marginalisés en utilisant le karaté-do.

Mohammed Loutfi (2011a) parle, dans une recherche sur le dojo comme lieu de socialisation pour les jeunes de la rue, d'un projet de karaté-do ayant eu lieu au club Yakushin de la Mission Bon-Accueil, un centre communautaire du sud-ouest de la ville où l'auteur était également intervenant entre 2006 et 2008. Bien qu'on ne trouve plus de traces du club Yakushin aujourd'hui, le centre Bon-Accueil offre toujours des cours de boxe (Mission Bon-Accueil, 2017). De plus, on peut voir sur son site internet que Mohammed Loutfi a poursuivi plusieurs activités d'intervention par les arts martiaux, au moins jusqu'en 2011, à l'école chinoise (Confucius School) entre 2008 et 2009, au Centre Socioculturel Côtes-des-Neiges en 2009, au Bureau associatif pour la Diversité et la Réinsertion de 2010 à 2011, et finalement au centre Communautaire laurentien entre 2006 et 2011 (Loutfi, 2011b), où il enseigne toujours le Taekwondo (CCL, 2017). Un autre organisme, l'Association de développement des arts martiaux adaptés (ADAMA) soutient les écoles qui veulent offrir des cours d'arts martiaux pour les personnes aux prises avec un trouble du spectre de l'autisme, une déficience intellectuelle ou une limitation physique. ADAMA compte maintenant cinq écoles membres situées à Montréal, Saint-Hyacinthe, Drummondville et Laval qui offrent des cours de jiu-jitsu brésilien, de judo ou de karaté (ADAMA, 2017). L'organisme offre aussi des formations aux instructrices et instructeurs d'arts martiaux qui souhaitent commencer à offrir des cours adaptés dans leurs écoles (Béland-Sensenstein et al, 2014).

Plusieurs cours d'autodéfense pour femmes s'offrent à Montréal, la plupart du temps offerts dans des écoles d'arts martiaux ou dans le cadre d'activités de loisir. Dans le cadre de cette recherche, l'attention a été accordée uniquement aux cours d'autodéfense offerts dans le cadre d'une démarche d'empowerment clairement énoncée et dans un but non lucratif. Dans ce contexte, la plupart des activités

recensées s'inscrivaient dans une approche qualifiée d'autodéfense féministe. Deux centres montréalais offrent depuis de nombreuses années des cours d'autodéfense féministe. Le plus ancien est certainement le programme ACTION pour femmes et adolescentes du Centre de prévention des agressions de Montréal (CPAM). À travers le programme ACTION, le CPAM offre depuis 1984 des cours d'autodéfense pour femmes et adolescentes dans une approche féministe, c'est-à-dire qui vise la reprise du pouvoir des femmes sur leur vie et qui « implique qu'on offre aux femmes des stratégies pour les aider à faire leurs propres choix dans leurs vies » (Heillig, 2014). Situé au cœur du quartier du Plateau-Mont-Royal, le CPAM offre des cours adaptés pour répondre aux besoins des femmes vivant avec une limitation fonctionnelle, des femmes immigrantes, racisées et/ou issues des minorités culturelles, des femmes trans, et des femmes en situation de crise ou ayant vécu des épisodes de violence conjugale (CPAM, 2014).

Un autre organisme qui offre des cours d'autodéfense aux femmes dans une perspective d'empowerment est le Cran des femmes. Cet organisme fondé en 1995 organise des ateliers d'autodéfense pour adolescentes, femmes adultes et femmes aînées afin de leur donner confiance en leurs moyens pour qu'elles puissent pratiquer leurs activités régulières en sécurité, favorisant ainsi leur pleine participation sociale (Cran des femmes, 2013). Un organisme de Montréal, Inclusion Sport, est un jeune organisme qui fête son premier anniversaire en décembre 2020 et vise à faire la promotion du sport, et particulièrement des sports de combat, auprès de personnes de tout âge, de tous types de corps et sans discrimination sur des caractéristiques individuelles ou systémiques tout en assurant l'accessibilité aux personnes à faible revenu (Inclusion Sport, 2021). L'organisme offre également des cours d'autodéfense « en mixité choisie (diversité de genre et femmes, lgbtqia2+, survivant.e.s, ...) » (Inclusion sport, 2020).

1.3 L'objectif et la question de recherche

Dans cette section sont définis les objectifs de recherche. La question à laquelle cette démarche tente de répondre sera aussi explicitée.

1.3.1 Deux tendances majeures

Au cours de la recension des écrits, deux tendances majeures se sont dessinées. D'une part, une tendance visant l'adaptation de la personne à son environnement par la modification de ses comportements. Dans cette tendance s'inscrivent à la fois les initiatives visant à réduire les comportements violents par l'adoption de la discipline nécessaire à la pratique des arts martiaux, par le développement du contrôle de soi ou par l'apprentissage d'habiletés sociales et les initiatives visant le développement de compétences de personnes jugées à risque (victimes d'intimidation, jeunes à défi, personnes aux prises avec des problèmes de santé mentale, etc.) par la pratique des arts martiaux.

D'autre part, une seconde tendance se démarque, celle-ci voyant les arts martiaux comme un outil d'empowerment collectif pour des populations considérées comme victimes d'une violence systémique. Dans cette catégorie s'inscrivent à la fois les initiatives d'autodéfense féministe visant un renforcement du pouvoir d'agir des femmes dans l'espace public et la lutte contre les violences sexuelles et les initiatives d'arts martiaux dans des communautés culturelles qui vivent un racisme systémique et la violence qui l'accompagne.

Peu importe la population cible, une constante semble ressortir : les arts martiaux sont presque toujours utilisés pour travailler sur la violence, subie ou agie. Si les intervenantes et intervenants semblent s'entendre pour utiliser les arts martiaux pour travailler sur la violence, les définitions de violence et les raisons pour lesquelles cet

outil particulier est utilisé semblent peu présentes dans la littérature sur le sujet. Certaines questions se posent alors. Qu'est-ce que la violence? D'où vient cette violence? Pourquoi la pratique des arts martiaux est-elle un outil pour travailler sur la violence? Comment travaille-t-on sur la violence en utilisant les arts martiaux? Il serait donc fort intéressant de questionner les intervenantes et intervenants sur leur vision de la violence comme concept et de l'utilisation des arts martiaux comme outil pour travailler avec cette violence.

1.3.2 L'objectif

L'objectif de la présente recherche est donc d'explorer la vision des intervenantes et intervenants utilisant les arts martiaux, les sports de combat et les systèmes d'autodéfense comme outil d'intervention psychosociale ou communautaire, et de voir la place qu'occupe le concept de violence dans cette vision. Plus précisément, les objectifs suivants sont visés :

a) Rendre compte des différentes visions de la violence dans les énoncés de ces intervenantes et intervenants. La vision de la violence est un bon indicateur de la vision générale du monde de l'intervenante ou l'intervenant. Selon que la personne voit la violence interpersonnelle comme étant un phénomène intrapsychique, une anomalie dans un système à corriger ou le symptôme individuel d'une violence systémique, la vision qu'elle a de la violence a beaucoup à dire sur le paradigme au sein duquel elle s'inscrit.

b) Comprendre comment les intervenantes et intervenants donnent sens à la pratique des arts martiaux en contexte d'intervention et à l'intervention en elle-même. Les arts martiaux sont utilisés par la plupart des intervenantes et intervenants pour travailler sur la violence, mais il serait intéressant de voir comment ces personnes donnent sens à ce choix. Pourquoi les arts martiaux sont-ils un outil d'intervention dans de tels

contextes? Quel est le lien entre les arts martiaux, la violence et l'intervention? Que sont leurs objectifs d'intervention et comment expliquent-ils le processus d'intervention? Quelle interprétation font-ils des résultats obtenus?

c) Dans une perspective critique, explorer l'interprétation qu'ont les intervenantes et intervenants du rôle social de leur pratique et des processus sociaux auxquels participent leurs interventions. En fonction des objectifs poursuivis par leurs interventions et du paradigme dans lequel ils s'inscrivent, les personnes participent à des courants d'interventions et des processus sociaux plus larges. Sont-elles conscientes du rôle social de leurs interventions et des processus dans lesquels elles s'inscrivent? Qu'est-ce qui ressort de leurs énoncés à ce sujet?

Tous ces objectifs peuvent se résumer dans l'énoncé suivant, qui constituera la question de recherche : comment s'articule le concept de *violence* dans l'univers de sens des intervenantes et intervenants qui utilisent les sports de combat et les arts martiaux comme outil d'intervention psychosociale et communautaire?

CHAPITRE 2

LE CADRE THÉORIQUE

Dans ce chapitre, les bases du cadre théorique qui servira à l'analyse des données recueillies seront établies. Dans une perspective qui reste critique, l'approche épistémologique utilisée ainsi que les référents théoriques cohérents avec celle-ci seront décrits, puis suivra un survol des autres auteurs dont les travaux serviront à l'analyse théorique des énoncés. Dans un premier temps, il sera vu comment la sociologie clinique servira de base épistémologique, et comment les travaux qui en découlent peuvent servir dans l'analyse du discours des intervenantes et intervenants. Ensuite, la manière dont certains auteurs parlent de la violence sera exposée. La typologie de la violence proposée par Zizek, puis les bases des théories sur la violence du psychanalyste français Bergeret, et des auteurs qui s'en inspirent seront également présentées.

2.1 La sociologie clinique

Cette approche sociologique, défrichée par Pagès (2003) et en construction permanente à partir du travail d'auteurs comme De Gaulejac (2007), Hanique (2007) et Roche (2007) en France et de Rhéaume (2007), Sévigny (2009), et Doucet (2011) au Québec, se distingue des autres sociologies en se définissant plutôt par son approche (ou son mode de production de la connaissance) que par les objets d'investigations auxquelles elle s'attache. Pour reprendre les mots de De Gaulejac :

La sociologie clinique propose de s'appuyer sur la démarche clinique pour appréhender les phénomènes sociaux, ce qui constitue une modalité particulière de faire de la recherche et de l'intervention. Il s'agit de travailler « au plus près du vécu des acteurs », aussi bien dans la construction des objets de recherche que dans les méthodes d'investigation (De Gaulejac, 2007, p. 25).

La sociologie clinique vise un rapprochement entre la personne effectuant la recherche et le phénomène social étudié. Elle vise à intégrer la chercheuse ou le chercheur à la réalité de l'actrice ou de l'acteur social au cœur du phénomène, tout en leur reconnaissant la capacité à faire expérience et à produire de la connaissance sur ces mêmes phénomènes. Le rapport sujet/objet est modifié, alors que la personne faisant la recherche ne veut plus être en position d'expertise par rapport à l'actrice ou l'acteur, mais plutôt une intervenante ou un intervenant qui, à partir de sa propre place, mais dans une co-construction avec l'actrice ou l'acteur, tente d'agir en comprenant le phénomène et de comprendre en agissant sur celui-ci (De Gaulejac et Roche, 2007).

La sociologie clinique puise ses façons de faire au-delà des barrières disciplinaires, en revendiquant une conception ouverte de la recherche en sciences sociales pour tenir compte de la nature complexe et multidimensionnelle des réalités étudiées. Elle combine les différents systèmes explicatifs pour montrer les réciprocités et interinfluences des différentes disciplines (De Gaulejac, 2007). La sociologie clinique reconnaît l'influence des dimensions psychiques sur les phénomènes sociaux, ce qui amène les sociologues à reconnaître les faits sociaux comme étant sociopsychiques. La volonté de se rapprocher au plus près possible du vécu des actrices et acteurs a entraîné la nécessité de reconnaître la dimension existentielle des rapports sociaux chez l'être humain. La sociologie clinique s'inscrit en faux contre la vision positiviste qui veut que les phénomènes sociaux soient étudiés comme des choses, et considère désormais le « vécu » comme un élément essentiel de l'étude des phénomènes sociaux. Les « replis identitaires interdisciplinaires » entraînent une impossibilité,

d'une part, pour les psychologues, d'explicitier les théories sociales sur lesquelles sont fondées les approches psychologiques et, d'autre part, pour les sociologues, de nommer les dynamiques psychologiques derrière les phénomènes sociaux. Cela a pour conséquence évidente une psychologisation des phénomènes sociaux en psychologie et une socialisation des processus psychiques en sociologie. La sociologie clinique propose donc de dépasser ces frontières disciplinaires (De Gaulejac, 2007).

Tout comme la travailleuse ou le travailleur social établissant sa relation d'aide, les sociologues cliniques établissent leur relation d'entretien en s'appuyant sur leur sensibilité et leur subjectivité. Cette relation d'enquête suppose trois choses : 1) que la chercheuse ou le chercheur construise une relation particulière avec la population visée par la recherche, en portant une attention authentique et sensible à la parole de ces gens, mais également en s'impliquant émotivement et subjectivement dans sa recherche, à partir de ses connaissances propres et de son vécu et en impliquant toutes les dimensions de sa personne, renonçant de ce fait à l'orthodoxie de la neutralité; 2) que la ou les personnes impliquées dans la démarche soient perçues comme des sujets producteurs de connaissance sur leur propre situation, c'est-à-dire que la chercheuse ou le chercheur s'attache particulièrement au sens donné par les personnes sur les faits et les réalités vécues au quotidien; 3) que le sens soit coconstruit progressivement dans une logique dialogique entre la chercheuse ou le chercheur et le sujet (Hanique, 2007).

Toujours selon Hanique (2007), ce dernier point revêt une importance particulière, car c'est ce qui différencie la sociologie clinique des positions bourdeusiennes ou weberiennes : la construction de sens ne peut se faire sans la participation active des personnes à la production du savoir. Par un processus dialogique empathique, les sociologues cherchent à comprendre l'autre, en établissant un climat permettant à la fois la compréhension et la confrontation des points de vue, toujours dans la

recherche d'une co-élaboration du sens. La prise de position de l'actrice ou de l'acteur comme celle de la chercheuse ou du chercheur est donc mise à contribution.

Cette implication des sociologues dans la recherche ouvre le questionnement sur l'interprétation. Selon Weber, le rôle du ou de la sociologue est de comprendre l'activité sociale par interprétations (Weber, 1971 dans Hanique, 2007). Cette interprétation se limite souvent à la dernière phase de l'enquête, au moment d'interpréter les données recueillies. Or, la sociologie clinique propose que l'interprétation traverse le processus de recherche de bout en bout, et que l'ensemble des interactions vécues dans le processus soit intégré aux données à interpréter. D'un point de vue opératoire, l'interprétation doit se faire, pas uniquement, mais nécessairement à trois moments : premièrement, dans le dialogue avec le sujet, dans le sens donné non seulement au contenu sémantique du discours, mais également dans les non-dits, dans le langage non verbal, dans les silences, et en confrontant le sujet face à ces éléments symboliques afin de faire émerger le sens; deuxièmement, dans un processus itératif entre préceptes et concepts, entre théorie et expérience, afin de relier le singulier au général, en n'oubliant pas que le concept ne doit pas servir à réifier les données amassées, mais doit être présent à chaque phase de la recherche, pour encadrer le travail des sociologues sans pour autant se substituer à la réalité observée; finalement dans la confrontation avec les autres collègues, parce que le motif évident perçu par la personne effectuant la recherche n'est pas toujours le motif réel, et qu'il existe toujours un risque de dérive ou de surinterprétation des données (Hanique, 2007).

Face à la nécessité de rapprocher le regard du sujet étudié, la chercheuse ou le chercheur qui utilise une approche clinique en sociologie remet en question la méthode et renonce à l'idée de neutralité et d'objectivité de la personne effectuant la recherche pour y substituer plutôt une analyse de son implication, une explicitation de ses motivations et une objectivation des conditions de production de la recherche. La

rigueur des sciences sociales se trouve plutôt dans la prise en compte de ces facteurs plutôt que dans la recherche d'une neutralité idéalisée (De Gaulejac et Hanique, 2007).

Comme le rappelle Doucet (2011), « La recherche clinique est donc avant tout une relation sociale entre des individus qui cherchent » (Doucet, 2011, p.39). C'est l'approche qui est ici adoptée pour saisir le discours et explorer l'univers de sens des intervenants et intervenantes qui utilisent les arts martiaux et les sports de combat comme outil d'intervention psychosociale. Le rapport entre le sujet et la personne effectuant la recherche que cette approche propose d'établir permettra d'explorer l'univers discursif des intervenants et intervenantes dans un processus itératif autour duquel le cadre théorique influence la méthode, et la méthode influence le cadre théorique.

Les travaux de Rhéaume et Sévigny (1988) sur les intervenants et intervenantes travaillant auprès de personnes aux prises avec des problèmes de santé mentale s'inscrivent comme précurseurs de cette approche clinique en sociologie. Cette approche vise à comprendre la sociologie implicite d'une intervenante ou d'un intervenant, c'est-à-dire le savoir organisé et complexe qu'accumule le professionnel au cours de sa pratique et qui lui permet de donner du sens au monde social dans lequel il évolue, et en retour, de fonder en partie sa pratique. Ce savoir, appelé ici sociologie implicite, est construit dans les rapports dynamiques qu'entretient l'intervenante ou l'intervenant avec le monde social et permet de mieux comprendre le champ de pratique de la personne en donnant accès à une partie de son savoir expérientiel. Le processus interprétatif de la sociologie clinique permettra donc de dégager la forme spécifique de connaissance de ces intervenantes et intervenants en dégageant le sens commun duquel relève l'« implicite sociologique », ou le discours du sujet (Doucet, 2011).

Inspirée par les travaux de Rhéaume et Sévigny (1988) sur la sociologie implicite, Paula Brum Schäppi (2011) a fait ressortir les sociologies implicites d'intervenantes et d'intervenants qui travaillent dans le champ jeunesse, ce qui lui a permis de faire ressortir quatre idéaux types : la perspective systémique, qui vise l'émancipation des jeunes, la perspective informationnelle, qui a l'insertion socioprofessionnelle comme objectif, la perspective normative, qui vise la socialisation et l'apprentissage des règles et des normes par les jeunes et la perspective clinique, qui vise le soutien des jeunes vivant de la souffrance et la recherche du bonheur. En plus de ces quatre idéaux types, Brum Schäppi (2011) identifie les principales orientations qui traversent le champ de l'intervention jeunesse au Québec et fait également ressortir les notions qui semblent se situer dans les angles morts des personnes travaillant dans le champ de l'intervention jeunesse.

2.2 La violence

Il est impossible de parler des arts martiaux sans traiter de la violence. Dans cette partie, le travail des auteurs qui serviront de base pour établir le cadre théorique sera survolé.

Cohérent avec la posture critique cherchant à analyser dans quels processus sociaux s'inscrivent les interventions, ce mémoire utilise les travaux de Slavoj Žižek (2012), qui a monté une typologie intéressante de la violence et qui fournit des outils interprétatifs pour analyser le discours des intervenantes et intervenants

Selon Žižek (2012), la violence que l'on perçoit, la violence des guerres, des agressions physiques, celle qui semble apparaître en contradiction avec une situation « normale » de non-violence est la *violence subjective*. Cette violence, attribuable à une personne, un groupe ou tout autre agent clairement identifiable, lorsqu'elle émane d'un sujet vivant en société, semble souvent irrationnelle et est justement observable

parce qu'elle tranche avec la situation dite normale. Cette violence sera rapidement ciblée et identifiée et l'on tentera de la contrôler par des interventions (psychosociales ou pénales) auprès de la personne aux comportements jugés problématiques. C'est de cette violence dont on parle lorsqu'il s'agit d'intervenir afin que les jeunes puissent « canaliser » leur violence. C'est également cette violence qui est dénoncée lorsque les gens condamnent la violence physique entre sujets agissants. Pour Zizek, ce type de violence n'est que la pointe d'un iceberg qui compte deux autres types de violence, celles-ci qualifiées d'objectives : la violence symbolique et la violence systémique. Les violences objectives sont justement moins visibles, car elles sont inhérentes à la situation « normale », et c'est la violence objective que l'on doit étudier si l'on souhaite comprendre les explosions « irrationnelles » de la violence subjective.

La *violence symbolique*, le premier type de violence objective, est incarnée dans le langage et dans l'univers de sens qu'il impose. Selon Zizek, l'aliénation de la vie sociale en occident, dont la conséquence la plus visible est la manière dont nous vivons en proximité les uns des autres tout en nous ignorant, tient sa source dans la violence intrinsèque au langage, car elle permet aux sujets de maintenir une coexistence pacifique avec les autres en minimisant les interactions. Le langage présuppose un minimum de reconnaissance mutuelle, et nous permet de débattre, et de discuter, même agressivement, au lieu de se confronter de manière brutale. Cependant, le langage n'est pas innocent : il simplifie la chose, la démembré et réduit des conceptions complexes en de simples mots n'ayant peu ou pas de liens avec la réalité immédiate. Zizek explique que c'est pourquoi les relations de langage sont foncièrement inégalitaires : chaque espace de discours se fonde en réalité sur la prescription, violente, car imposée, d'un signifiant maître, au sens lacanien, qui nomme et détermine le sens. Or, les conflits naissent d'une opposition entre deux désirs infinis, moteurs de l'émancipation, mais sans juste mesure, que seule la loi (ici, le signifiant maître) peut limiter. Cela ramène aux concepts dialectiques hégéliens : l'opposition externe entre la transgression criminelle et la loi où le crime,

transgression mue par la volonté particulière, s'oppose à la volonté universelle qu'est la loi en tant qu'expression de la volonté universelle. Le langage est à la fois vecteur de non-violence et de reconnaissance et une forme de violence inconditionnelle, car il établit, de manière violente, les critères présumés d'une situation « normale » de non-violence. Il porte aussi en lui tous les symboliques et sens déterminés. Or, c'est ce sens déterminé et prescrit qui est visualisé lorsque l'on pense à l'autre. C'est ce sens qui est invoqué dans les violences racistes : ce n'est pas le juif que les gens participant aux pogroms haïssaient, mais bien la figure/image du juif, très peu en lien avec la réalité de la personne qu'il attaquait (Zizek, 2012, p.93). Cette violence du langage est performative, car elle détermine l'être et l'existence sociale même des sujets interprétés, car il influence la manière dont ils vont être perçus ou traités par les sujets interprétant.

Dans le cadre de cette recherche, il est intéressant de relever si la question de la violence intrinsèque au langage est traitée par les intervenantes et intervenants, mais également de regarder les éléments violents qui peuvent être intégrés dans la symbolique utilisée par les différentes personnes du milieu de l'intervention dans leur rapport aux pratiquantes et pratiquants et à l'intervention en elle-même. Les pratiques d'interventions, particulièrement auprès des jeunes, supposent une relation de pouvoir évidente entre l'intervenante ou l'intervenant, en position d'aider et la personne dans le besoin, qui est aidée. Cette position de pouvoir de la part des intervenantes et intervenants est-elle prise en compte par les personnes interrogées? Brum Schäppi (2011), dans une étude menée auprès de 8 intervenantes et intervenants œuvrant dans le champ jeunesse, note que ces rapports de pouvoirs, qui sont toujours présents, et ce, malgré les meilleures intentions, sont absents du discours de tous les individus rencontrés. Elle insiste sur l'importance, pour les intervenantes et intervenants, de réfléchir à ces questions afin « de ne pas reproduire de rapports inégaux et de ne pas opérer une violence symbolique » (Brum Schäppi, 2011, p109). Le domaine des arts martiaux et des sports de combat implique le respect de l'autorité accordé à une

entraîneuse ou un entraîneur ou une personne enseignante (Tichit et *al.*, 2014) et même les expériences visant à établir des pratiques égalitaires et démocratiques finissent par voir s'établir une autorité basée sur les compétences au sein du dojo. Cette situation, bien que pouvant être considérée comme légitime, donne à la personne en position d'autorité le haut du pavé. Comme le souligne Zizek, la communication humaine « ne place pas les intervenants dans une position symétrique de responsabilité mutuelle où ils auraient tous à respecter les mêmes règles et à justifier leurs arguments de façon rationnelle » (Zizek, 2012, p. 87). Cette situation, vraie dans tous rapports de communication, est encore plus réelle lorsque l'un des interlocuteurs est en position effective d'autorité.

Zizek démontre ensuite la violence du discours politiquement correct. Il prend pour exemple les viols, meurtres et pillages ayant été dénoncés par les médias au moment de l'ouragan Katerina, et qui se sont révélés être faux. Il prétend que même si ces événements étaient réellement arrivés, le discours médiatique sur les faits n'en resterait pas moins raciste, car la posture subjective à partir de laquelle le discours est énoncé est raciste : cette couverture avait pour but d'exprimer et de renforcer les préjugés racistes envers la population afro-américaine. C'est ce qu'il appelle le *mensonge sous couvert de la vérité* (Zizek, 2012, p. 138). Il ajoute ensuite que le discours politiquement correct, qui a comme pratique de refuser de nommer la violence commise par des personnes noires, ne règle pas le problème, car elle ne fait qu'imposer des règles sur le discours sans influencer sur la posture subjective raciste. Il est intéressant de voir comment le jargon du milieu de l'intervention psychosociale est influencé par ce langage politiquement correct. Dans son étude de 2011, Brum Schäppi rapporte que les intervenantes et intervenants évitent de parler de la réalité des personnes immigrantes. « Si l'immigration est un enjeu important pour plusieurs intervenants, cette catégorie est, elle aussi, exclue de leur langage. Le jargon d'usage est "ethnicité", "communautés culturelles" et "multiculturalisme" » (Brum Schäppi, 2011, p103). Cette analyse du langage politiquement correct est également un outil

intéressant pour évaluer la violence symbolique portée par le langage des intervenantes et intervenants eux-mêmes.

La *violence systémique* est le second type de violence objective. Pour Zizek (2012), cette violence s'exprime principalement par la violence économique du système capitaliste : licenciements massifs, crises économiques, incidents écologiques, ou, comme l'écrit Zizek lui-même, tout ce qui peut dépendre de « la folle sarabande spéculative et solipsiste du capital qui poursuit ses objectifs de profit dans l'indifférence totale des conséquences de son action sur la réalité sociale » (Zizek, 2012, p. 24). Cette course folle du capital est actuellement menée par ceux qu'il nomme les *communistes libéraux*. Cette nouvelle classe de grands patrons capitalistes veulent à la fois profiter au maximum de la mondialisation pour maximiser leurs profits tout en embrassant les valeurs anticapitalistes de responsabilité sociale et écologique : ce faisant, ils se substituent à la gauche traditionnelle, jugée trop attachée à une lutte de classe passéiste, dans son opposition au capitalisme égoïste et sans éthique. Ces nouveaux capitalistes détestent la hiérarchie autoritaire, préfèrent les horaires flexibles au neuf à cinq classiques et valorisent la culture et la connaissance. Ils s'opposent à l'État comme outil de redistribution des richesses, préférant s'y substituer : ce sont eux qui « créeront » la richesse et la distribueront. Pour eux, l'initiative privée reste la meilleure manière de s'assurer d'avoir les moyens de répondre aux nombreux problèmes de la planète : famines, guerres, atteintes aux « droits de l'humain ». Mais ce « nouveau » paradigme n'est, selon Zizek, qu'un retour au capitalisme sauvage à l'ancienne, où la charité se substitue à la prise en charge collective des problèmes. Ce sont ces mêmes entrepreneurs qui distribuent par milliards l'aide humanitaire qui créent, dans leur quête sans fin du profit, les conditions mêmes des problèmes qu'ils tentent de résoudre. En luttant contre la violence subjective, ils créent la violence systémique qui en est la cause. Ce capitalisme actuel est détotalisant, en ce qu'il ne porte pas de vision capitaliste du monde ni ne crée de civilisation capitaliste. Il est adaptatif, se plie aux nécessités de

toutes les civilisations et sa dimension globale ne peut s'articuler qu'autour du réel, de ce que Zizek appelle une *vérité-dénuée-de-sens* (Zizek, 2012, p.111). Ce paradoxe est à la base même de la naissance de la violence subjective d'aujourd'hui; face à la chute des métarécits, des utopies et dans un espace social sans monde, la seule solution réside dans une violence dépourvue de sens. Une violence qui ne vise pas le changement social, et qui ne porte pas de revendication, comme les émeutes des banlieues parisiennes de 2005. Cette violence constitue un *passage à l'acte* au sens lacanien, elle n'est qu'un aveu d'impuissance implicite. Pour Zizek, cette violence a une fonction phatique, c'est-à-dire qu'elle ne vise qu'à établir la communication dans une société qui refuse à ces jeunes de banlieue toute reconnaissance. Face à la violence étatique, ils ont spontanément ressenti le besoin de rappeler leur existence, et la violence était le meilleur moyen de le faire, car elle créait un problème qui ne pouvait pas être ignoré (Zizek, 2012).

Ce concept est fondamental dans l'analyse du discours des intervenantes et intervenants. Comme il a été vu plus tôt, la violence est une composante inévitable pour les gens utilisant les arts martiaux et les sports de combat comme outil d'intervention. Ils font face non seulement à la violence subjective vécue ou commise par les jeunes dans leur parcours de vie, mais également face à la violence inhérente aux sports de combat et aux arts martiaux. Le concept de violence systémique permettra d'identifier, d'une part, les références à la violence systémique dans le discours des intervenantes et intervenants, mais son absence dans le discours permettra également de dégager des pistes d'analyse sur la vision qu'ont ces personnes de la violence subjective telle que vécue par les participantes et participants aux programmes.

La violence divine, concept établi par Walter Benjamin dans la typologie de la violence parue dans sa publication de 1921 *Critique de la violence*, a inspiré Zizek pour son dernier type. La violence divine n'a rien à voir avec Dieu. La violence

religieuse, la violence des fondamentalistes ou celle effectuée au nom d'une cause transcendante, il l'appelle violence mythique, car elle vient s'imposer en vertu de croyances mythiques comme un nouveau système de droit, de limites et de contraintes. La violence divine est une violence collective qui vient en réaction à la violence systémique, elle est la réponse à l'injustice. Contrairement à la violence mythique, il n'existe pas de grand Autre pour la justifier ni pour la protéger, elle seule se justifie. Elle est état de violence pure, explosion de violence extramorale, mais non amoral, qui ne passe pas par la loi ni par l'État. La violence des premiers moments révolutionnaires entre dans cette catégorie. Elle n'est pas un moyen, car elle n'a pas de fin. Elle n'est qu'un crime éclatant qui détruit un autre crime, qu'une pulsion inconditionnelle. La violence divine est donc une forme de réaction d'autodéfense inconsciente face à la violence objective (Zizek, 2012).

Ce concept ouvre une porte intéressante à la réflexion sur la légitimité des notions d'autodéfense. Si l'apprentissage de la maîtrise de la violence dans une optique de contrôle de soi et de canalisation de l'agressivité semble prédominer dans les textes sur l'intervention psychosociale par les arts martiaux (Dervaux, 1999; Hébert, 2011; Masciotra et al, 2011; Pain, 1999a), il en est autrement dans les textes traitant de l'autodéfense dans une perspective d'empowerment féministe. Ces recherches semblent même plutôt axées sur l'importance, pour les femmes, de savoir utiliser la violence afin de pouvoir se défendre face à une violence subjective (agressions physiques ou agressions sexuelles). Les études recensées démontrent toutes que dans une perspective d'autodéfense féministe, l'apprentissage est plutôt axé sur l'efficacité des techniques en situation d'agression physique et sur l'apprentissage des causes systémiques de la violence subjective faite aux femmes (Nower, 2007; Searles et Berger, 1987; Searles et Follansbee, 1984). Il sera donc intéressant de faire une analyse des différences entre la manière dont les notions d'autodéfense sont abordées par les intervenantes et intervenants utilisant les arts martiaux et sports de combat

auprès des jeunes hommes et par les intervenantes et intervenants qui utilisent ces disciplines dans une perspective féministe d'empowerment.

Outre Zizek, d'autres auteurs ont servi à l'analyse du discours sur la violence qui ressortira de nos entretiens. Les clés interprétatives qui ont aidé à faire ressortir les éléments psychanalytiques du discours ont été trouvées dans les travaux de Bergeret (1996). Pour cet auteur, la violence est à distinguer de l'agressivité, la seconde étant l'une des formes d'expression de la première. La violence serait en fait une comme une composante fondamentale et vitale, constitutive de la conscience et du sujet. Cette hostilité primaire serait l'énergie qui permet la lutte de l'individu (ou de tout animal) pour la vie. L'agressivité, quant à elle, serait plutôt un instinct d'attaque de l'autre qui serait l'expression nécessaire de la violence fondamentale face à une menace perçue au développement de son envie de vivre selon ses désirs. Pour Bergeret, cette réaction face à l'adversité est inévitable, et la répression, quoique quelquefois nécessaire, n'est pas la voie à suivre pour contrer les comportements agressifs : il faut plutôt tenter de comprendre les désirs profonds du sujet et encourager les investissements de cette violence naturelle qui est socialement mal utilisée. Cela peut être réalisé par la prévention dès les premiers symptômes ou l'intervention auprès des individus aux comportements agressifs. Cette conception de la violence est l'une des avenues qui a permis d'expliquer le fameux concept de « canalisation » de l'agressivité ou de la violence. Il est également intéressant de voir comment une telle conception s'articule dans la mission socialisante ou normative de certaines initiatives d'intervention.

Le groupe de recherche Idées-VIRFO (violence, recherche et formation), qui rassemble plusieurs chercheurs et chercheuses, et en particulier le chercheur en sciences de l'éducation Jacques Pain, reprendra les thèses de Bergeret pour faire l'analyse des manifestations de la violence dans la société et dans la pratique des arts martiaux. Dans son livre *La non-violence par la violence*, Pain (1999) fait l'analyse

de la violence présente dans les rapports entre les personnes éducatrices et les jeunes ainsi que dans d'autres situations institutionnelles violentes. Il dissèque ces situations en démontrant comment la violence fondamentale, en tant qu'énergie qui permet l'édification d'une identité primaire, se retrouve à se projeter dans l'établissement d'une relation de pouvoir et de contrôle au moment de la rencontre avec l'autre, alors que s'installe une dynamique territoriale et d'appropriation. Cette rencontre angoissante se solde généralement par un comportement cherchant à contrôler l'autre, par la menace ou la force. Selon Pain, les arts martiaux permettent, en passant par le corps, une pré pulsion physico-mentale brute en offrant la détermination mentale qui permet de projeter le corps tout entier et de manière organisée vers un but, ce qui permet la libération progressive et l'organisation de cette énergie. Plus encore, les arts martiaux permettraient non seulement de reprendre contrôle sur son propre corps, ce qui permet d'amener la violence foncière à la conscience pour en faire de l'énergie, mais également de penser et de pressentir l'autre, ce qui facilite sa rencontre. Le combat permet l'inclusion et la protection de l'autre dans une démarche de destruction réciproque, socialisée et structurée.

CHAPITRE 3

LA MÉTHODOLOGIE

3.1 La stratégie de recherche

Cette recherche exploratoire vise à découvrir de manière approfondie l'univers de sens des intervenantes et intervenants qui utilisent les arts martiaux et les sports de combat comme outils d'intervention psychosociale afin de faire ressortir leurs perspectives particulières. La mise en relation de ces perspectives permet ensuite de dégager des conceptions du monde et d'établir les bases d'une structure conceptuelle qui permettra de mieux comprendre les fondements théoriques autour desquels s'articule leur pratique.

3.1.1 La méthode d'analyse et le positionnement épistémologique

Comme la démarche s'inscrit dans le courant de la recherche qualitative et vise une exploration du contenu transmis par les actrices et acteurs sociaux interrogés, une méthode analytique permettant une interprétation de l'ensemble des données recueillies a été utilisée.

Compte tenu du temps et des moyens limités de cette recherche, la plus grande partie de nos énergies a été mise sur l'analyse discursive. Une analyse discursive inspirée de l'analyse sémantique structurale a été choisie, ce qui permet d'explicitier les points de vue qui produisent les distinctions de sens. La personne effectuant la recherche ne se positionne pas à l'extérieur du processus, mais appréhende les contenus textuels en

mettant à jour non seulement le sens des extraits analysés, mais également le modèle de connaissance dont le document témoigne, tout en tenant compte de son propre modèle de connaissance (Sabourin, 2009). Suivant cette logique, les entrevues ont été mises sur papier sous forme de verbatims, puis les données ont été extraites et codifiées. Un processus d'analyse inductive délibérative tel que décrit par Savoie-Zajc (2000, 2004 dans Mukamurera et al., 2006) a été utilisé, où le cadre théorique, exposé à l'avance, guide le processus d'analyse des données. Selon cette méthode, le cadre d'analyse peut ensuite, par un processus inductif et itératif, s'enrichir des éléments qui émergent des données.

Dans le cadre de cette recherche, l'analyse a été balisée à l'aide d'une approche phénoménologique clinique, la sociologie clinique. Cette approche permet de faire ressortir du discours des intervenantes et intervenants la manière dont ils font référence au social, dans la construction de sens qu'ils donnent à leur pratique (Rhéaume et Sévigny, 1988). En prenant conscience du positionnement critique du chercheur, cette approche sera articulée à l'aide de la typologie de la violence établie par Slavoj Zizek (2012). Par un processus itératif, une analyse thématique du discours des actrices et acteurs interrogés a été faite afin de mieux comprendre la définition de la violence et du conflit que portent ces intervenantes et intervenants, de comprendre comment ce discours teinte leur pratique et de faire ressortir une vision de l'intervention psychosociale qui s'en dégage.

Des notes d'observations ont également été recueillies lors des entretiens, ce qui inclut à la fois des notes descriptives sur les situations observées ainsi que des notes analytiques, tel que suggéré par Laperrière (2009). Cette démarche fait partie du cheminement théorique du chercheur et s'inscrit dans le processus inductif mentionné plus haut, qui a servi ensuite à l'analyse théorique.

3.2 Le champ d'analyse et la population à l'étude

Compte tenu du sujet, l'enquête s'est faite auprès d'intervenantes et d'intervenants utilisant les arts martiaux, les sports de combat ou les systèmes d'autodéfense comme outil d'intervention psychosociale ou comme outil d'empowerment collectif, c'est-à-dire qu'ils aident également les pratiquantes et pratiquants à faire des liens entre les arts martiaux et la vie quotidienne et les accompagneront au besoin. Compte tenu des ressources et du temps limité, l'étude se concentre sur les intervenantes et intervenants travaillant dans la grande région de Montréal. Ils devaient avoir utilisé cet outil d'intervention depuis au moins un an.

3.2.1 L'échantillonnage

Comme on peut le constater suite au portrait de la situation décrit précédemment dans le premier chapitre, le nombre d'initiatives d'intervention par les arts martiaux, sports de combat et systèmes d'autodéfense est assez limité. Pour pouvoir se faire, ce type d'intervention nécessite de la part de l'intervenante ou de l'intervenant d'être formé à la fois en intervention psychosociale ou communautaire et aux techniques de combat pour pouvoir les enseigner, à moins de travailler en équipe avec des professionnels possédant de telles connaissances techniques, ce qui limite beaucoup le nombre de personnes disponibles dans le bassin. Pour ce type de recherche, il est suggéré de viser un nombre variant entre 10 à 15 entrevues (Kvale, 1996, cité dans Savoie-Zajc, 2009), mais compte tenu du nombre limité d'intervenantes et d'intervenants utilisant ce type d'outil sur le territoire ciblé, un échantillon de huit personnes a été sélectionné. Compte tenu du caractère particulier du profil recherché, un échantillonnage typique a été utilisé pour recruter les intervenantes et intervenants. Selon Beaud (2009) l'échantillonnage typique est à utiliser lorsque l'on a besoin de recruter un échantillon en fonction de son caractère spécifique plutôt qu'en fonction de sa représentativité statistique.

Une approche a donc été faite auprès des intervenantes et intervenants des projets recensés dans l'état des lieux, ce qui a permis de recruter cinq personnes. Elle a également été jumelée à une technique d'échantillonnage en « boule de neige ». Ainsi, les réseaux sociaux et professionnels du premier noyau de personnes recrutées ont été mobilisés pour augmenter la taille de l'échantillon (Beaud, 2009). Dès la première entrevue, deux personnes ont été référées, et une troisième a été référée lors de la troisième entrevue, pour enfin porter le nombre de participantes et participants à huit. De ces huit intervenantes et intervenants, deux sont des travailleurs autonomes dont la majorité des projets d'interventions se font sur l'île de Montréal, un est bénévole et fondateur d'un projet communautaire, trois sont à l'emploi de ressources d'intervention montréalaises dont l'utilisation des arts martiaux est spécifiée dans la mission de l'organisme, et deux sont à l'emploi de ressources d'intervention situées en Montérégie dont la mission n'est pas liée aux arts martiaux, mais collaborent depuis longtemps dans un projet d'intervention par les arts martiaux et les sports de combat. Au total, l'échantillon compte 6 hommes, une femme et une personne se définissant comme agendre. Cette personne souhaite que l'on utilise un pronom neutre ou masculin pour la définir. Par souci de concordance avec les pronoms utilisés lors de l'entrevue et pour favoriser la confidentialité, les pronoms masculins ont donc été utilisés pour parler de cette personne.

3.3 Les instruments et procédures de cueillette des informations

3.3.1 Des entrevues semi-dirigées

Compte tenu du caractère qualitatif des données nécessaires au processus d'analyse interprétatif, la principale méthode de collecte de données choisie a été l'entrevue semi-dirigée. Selon Savoie-Zajc, (2009) « l'entrevue semi-dirigée permet de rendre explicite l'univers de l'autre. [...]En effet, dans le cadre d'une pareille interaction

humaine et sociale, le participant à la recherche est en mesure de décrire, de façon détaillée et nuancée, son expérience, son savoir, son expertise » (Savoie-Zajc, 2009, p. 342). Comme le suggère Savoie-Zajc, un schéma d'entrevue a été préparé (Annexe A) pour permettre de diriger l'entrevue vers les thématiques de recherche. Les questions sont restées courtes et le schéma a été adapté aux personnes interviewées pour leur permettre d'organiser et d'exprimer leur pensée. Pour des raisons pratiques et à la demande de deux participants, l'un des entretiens a regroupé deux intervenants travaillant à la même ressource, ce qui porte le nombre d'entretiens à sept.

3.3.2 Le déroulement des entretiens

Selon Savoie-Zajc, (2009) « le chercheur laisse, lorsque c'est approprié, à l'interviewé le choix d'un endroit de sa convenance » (Savoie-Zajc, 2009, p. 350). Afin de mettre chacun et chacune en confiance et afin de diminuer au maximum les inconvénients liés à la participation, il a été laissé aux participantes et participants le soin de choisir le lieu de l'entretien s'ils le désiraient. Deux entretiens se sont donc déroulés à la résidence des personnes à leur demande, deux entretiens se sont déroulés dans des cafés, deux des entretiens se sont déroulés dans des locaux réservés pour l'occasion par le chercheur et un entretien s'est déroulé dans les bureaux de l'une des ressources. Tous les entretiens ont duré près d'une heure, sauf le second entretien qui a duré une heure et quarante minutes. La grille d'entretien a été limitée aux thématiques centrales à aborder. Il n'y a eu aucun problème à aborder toutes les thématiques contenues dans la grille. Dans deux des cas, l'entretien s'est déroulé de manière très fluide et les questions ont été abordées les unes après les autres sans avoir besoin d'être relancées, le tout se déroulant dans le cadre d'une discussion. Dans les cinq autres entretiens, le chercheur a dû relancer les participantes et participants avec certaines questions, mais dans tous les cas, les personnes ont fait preuve d'une grande générosité dans leurs réponses aux questions.

3.4 Les considérations éthiques pertinentes

Malouin et Sevigny (2002) identifient deux éléments éthiques principaux à la recherche en sciences sociales : le respect de la confidentialité et de la vie privée et le consentement éclairé.

Les participantes et participants ont reçu préalablement les renseignements sur les finalités de la recherche. Avant les entrevues, des formulaires de consentement ont été lus et signés par les participantes et participants et l'interviewer. Le temps nécessaire pour participer à l'entrevue et le type de questions posées leur ont également été dévoilés avant les entretiens.

Sur le plan de la confidentialité, les participantes et participants ont été informés de la manière dont les données seront utilisées. Les données n'ont été disponibles qu'à l'étudiant et à son directeur et aucune personne participante ne sera nommée dans la recherche. Un soin particulier est pris afin de ne pas permettre l'identification des personnes dans la présentation des données et de l'analyse. Afin de maintenir leur anonymat, des noms fictifs sont utilisés pour les identifier dans le texte : les noms des huit participantes et participants ont donc été remplacés aléatoirement par les noms des villes servant de surnoms dans la série télévisée espagnole *La casa de papel*. Aussi, compte tenu du nombre restreint d'intervenantes et d'intervenants dans une telle pratique, une attention particulière a été portée à l'écriture du texte pour empêcher l'identification de celles et ceux qui ont participé. Un certificat d'approbation éthique de l'Université du Québec à Montréal a été dûment demandé et obtenu avant le déroulement de la présente recherche.

3.5 Les limites de l'étude

Lors du recrutement, des intervenantes qui travaillent pour des organismes qui offrent des cours d'autodéfense pour femmes avec une approche féministe ont été approchées. Il a été tenté de les contacter à plusieurs reprises, par courriel et par téléphone. Plusieurs messages ont été laissés, sans retour d'appels. Un centre de femmes a été contacté pour des références vers l'un de ces mêmes organismes, mais sans succès. Plusieurs hypothèses ont été avancées pour expliquer pourquoi le recrutement a été aussi difficile.

Premièrement, les ressources spécialisées dans l'autodéfense pour femmes ne semblent pas avoir de permanence téléphonique, peut-être faute de financement adéquat. Ensuite, le fait que les intervenantes de ces groupes travaillent auprès de populations vulnérables à risque de vivre des violences ou ayant vécu des violences de la part d'hommes peut faire en sorte qu'elles n'étaient pas intéressées à participer à une recherche effectuée par un chercheur masculin dont ils ne connaissaient pas les antécédents, et qui en plus, aurait pu porter un regard critique, voire de mauvaise foi, sur leur approche d'intervention. Cette méfiance pourrait être en cause et s'expliquerait assez bien. Selon Casselot (2018) « historiquement, les femmes ont douté des hommes à cause des violences patriarcales qu'elles ont subies de leur part. D'un autre côté, la parole des femmes en ce qui concerne les violences sexuelles a été constamment mise en doute. Il semblerait exister une *mise en doute* de deux groupes ancrés dans une relation de pouvoir » (Casselot, 2018, p. 82). Elle ajoute : qu'« être dans une position opprimée mène à un état de méfiance à l'égard de la personne dans la position dominante. On a peur, car on est déjà dans une situation de vulnérabilité et de violence; il ne peut exister une confiance désintéressée, car cela serait une prise de risque supplémentaire. Faire preuve de méfiance, dans ce cas, se révèle synonyme de prudence et de protection » (Casselot, 2018, p. 83).

Une autre limite se trouve au niveau de la planification des entretiens. Deux des entretiens se sont déroulés dans des cafés, l'un au centre-ville de Montréal, l'autre en Montérégie. Selon Savoie-Zajc, (2009) « ce n'est pas une bonne idée de planifier une entrevue dans un endroit ouvert, public : celui-ci risque d'être bruyant, avec un va-et-vient, et des sources de dérangements multiples » (Savoie-Zajc, 2009, p. 350). Pour l'entrevue en Montérégie, l'endroit était calme, sans distraction et l'entrevue s'est bien déroulée. Cependant, pour l'entrevue au centre-ville, il y avait énormément d'action et le bruit et les distractions ont interrompu l'entrevue à quelques reprises, faisant perdre au participant certaines de ses idées. Aussi, la transcription de certains passages a été difficile compte tenu du bruit ambiant.

CHAPITRE 4

LES RÉSULTATS

Ce chapitre présente l'ensemble des résultats des entretiens qui ont été menés avec les participantes et participants au projet. D'abord, un court portrait des intervenantes et intervenants rencontrés sera fait. Ensuite, les résultats de la recherche seront présentés, classés par thématique majeure. Dans la deuxième section, la question de la violence sera abordée, puis, dans la dernière section, la question suivante sera adressée : pourquoi les personnes interrogées jugent-elles que les arts martiaux et sports de combat constituent un outil d'intervention intéressant pour travailler avec des individus ayant à faire face à la violence?

4.1 Le portrait des personnes rencontrées

Cette partie présente les éléments marquants qui ressortent du profil des huit personnes rencontrées. Comme le milieu de l'intervention par les arts martiaux et les sports de combat est un milieu peu étendu et que le recrutement s'est fait au sein d'un très petit bassin, il n'y aura pas de portrait des personnes rencontrées pour éviter leur identification, mais les différences et les similarités qui apparaissent lorsque que les faits saillants du parcours sont regardés ainsi que les spécificités des intervenantes et intervenants rencontrés seront présentées.

4.1.1 La pratique des arts martiaux

La grande majorité des participantes et participants ont commencé les arts martiaux avant l'âge adulte. Ces individus ont d'abord été actifs en compétition au niveau national, international ou professionnel et plusieurs d'entre eux sont encore actifs en compétition. Toutes ces personnes ont en commun d'avoir été en apprentissage auprès d'un enseignant ou d'une enseignante dès la fin de l'adolescence ou au début de l'âge adulte pour ensuite devenir enseignants et enseignantes d'arts martiaux elles-mêmes, d'abord dans des clubs à vocation sportive, avant de commencer à faire de l'intervention. Une minorité des intervenantes et intervenants interrogés ont plutôt développé les arts martiaux de manière plus tardive, alors qu'ils étaient déjà dans la pratique, dans le but de faire de l'intervention. La moitié des personnes rencontrées pratique plusieurs disciplines martiales, alors que l'autre moitié se dévoue à une seule discipline. Les disciplines qui ont été pratiquées par le plus grand nombre d'intervenantes et d'intervenants sont le taekwondo et le karaté, suivis du jiu-jitsu brésilien, des arts martiaux mixtes, du judo, de la boxe anglaise et de la boxe thaïe. Parmi les autres disciplines qui ont été pratiquées par une ou plusieurs personnes, notons : la lutte, l'aïkido, l'hapkido, le sanda (boxe chinoise), le sambo, et le kung fu.

4.1.2 La formation scolaire et l'expérience de travail

Bien qu'ils soient toutes et tous aujourd'hui dans le domaine de l'intervention psychosociale, la formation de ces intervenantes et intervenants est très diversifiée. Du lot, seuls quelques intervenantes et intervenants rencontrés ont une formation en intervention psychosociale. Les autres ont étudié dans un domaine connexe et une minorité de gens ont forgé leurs compétences en cumulant les expériences de travail. Parmi les plus hauts niveaux de formation rencontrés chez chaque personne se retrouvent : le doctorat en communication, la maîtrise en sociologie, le DESS en intervention éducative, le baccalauréat en travail social, le baccalauréat en adaptation

scolaire et sociale et la technique en éducation spécialisée. Certaines personnes se sont redirigées vers l'intervention après avoir fait carrière dans d'autres carrières comme l'enseignement, le journalisme, l'administration publique ou même l'informatique.

Plusieurs intervenantes et intervenants rencontrés sont également engagés dans des projets de recherche sur la question des arts martiaux comme outil d'intervention ou comme outil éducatif. Aujourd'hui, la majorité des personnes rencontrées travaillent pour des organismes à but non lucratif et occupent des postes de direction, d'intervenantes et d'intervenants ou de travailleuses et travailleurs de rue. Un intervenant est employé du réseau de l'éducation et l'autre fait de l'intervention de manière bénévole.

4.1.3 Le parcours de vie

Une portion non négligeable des personnes rencontrées sont issues de l'immigration et sont membres de minorités visibles. De ce lot, plusieurs ont vécu une partie de leur vie adulte dans un autre pays, où elles ont amorcé leur formation martiale et ont commencé l'enseignement des arts martiaux, avant d'immigrer au Canada. Une seule personne a commencé à faire de l'intervention avant d'arriver au Canada. Tous les intervenantes et intervenants rencontrés ont mentionné que la pratique des arts martiaux a eu un effet positif sur leur vie personnelle, et la grande majorité des personnes rencontrées cite cette expérience personnelle comme étant un grand facteur de motivation dans le choix que ces personnes ont fait d'utiliser les arts martiaux comme outil d'intervention dans le cadre de leur travail.

4.1.4 Pourquoi les arts martiaux comme outil d'intervention?

Qu'est-ce qui a mené les intervenantes et intervenants à utiliser les arts martiaux pour intervenir? À cette question, les gens répondent généralement en racontant l'histoire de leurs pratiques d'intervention. De ces récits, deux parcours principaux sont identifiés. Dans un premier, il y a ceux qui enseignaient les arts martiaux et qui ont découvert, ce faisant, les bienfaits qu'entraînait l'enseignement de ces disciplines auprès des jeunes. Nairobi a découvert l'incidence que pouvaient avoir les arts martiaux sur les élèves avant même d'avoir 20 ans, alors qu'il enseignait le Taekwondo.

Alors déjà, à cette époque-là, entre 16 et 20 ans on pourrait dire, je constatais les effets que je pouvais avoir quant à l'enseignement que je donnais. [...] Et, à ce moment-là, ma contribution que je voyais n'était pas seulement dans le cadre sportif ou dans le cadre de l'évolution de leur niveau de ceinture, mais réellement ça pouvait avoir des incidences qui pouvaient être véhiculées dans leurs vies, avec leurs amis et ainsi de suite (Nairobi).

Tokyo a commencé à enseigner les arts martiaux au Maroc, où il pratiquait dans des écoles de karaté très compétitives. C'est la rencontre avec des professeurs de kung fu de culture bouddhiste qui a marqué son style d'enseignement.

J'ai commencé à enseigner le kung fu, je pratiquais le karaté pour moi-même, mais j'ai commencé à enseigner le kung fu dans mon propre club. Ça c'était en 1993, j'étais à l'université à cette époque-là. Là-bas je faisais la littérature anglaise, puis, puis j'ai enseigné le kung fu à ma façon. [...] Il n'y avait rien de scientifique quand je parle d'intervention, c'était plutôt quelque chose qui est éducatif. Et de 1993 jusqu'à 2004, j'ai fait que ça. J'enseignais à ma façon comme ça (Tokyo).

Pour Helsinki et Rio, l'intervention s'est également insérée dans leur pratique d'enseignement, alors qu'ils ont voulu offrir la possibilité de pratiquer les arts

martiaux à des personnes qui n'avaient pas nécessairement la chance autrement. Pour Helsinki, la rencontre avec un jeune ayant des problèmes de consommation et sans argent pour s'entraîner a été marquante.

Un moment donné un jeune est venu, il n'avait pas d'argent pour prendre des cours, et j'ai dit, moi dans ce temps-là je commençais j'ai dit, ben je n'ai pas d'argent non plus! Et là j'ai fait une entente avec lui, j'ai dit OK, puis lui il avait des problèmes de consommation, et on a fait une entente, donc il allait m'aider quand j'ai besoin de quelque chose dans la place, soit travailler avec moi, ou nettoyer la place et moi j'allais m'occuper de lui (Helsinki).

C'est la rencontre avec un jeune artiste qui a fait prendre conscience à Rio de la difficulté, pour certaines personnes, d'avoir accès aux arts martiaux. Cette situation d'exclusion, qui faisait écho à ses difficultés d'intégration comme nouvel arrivant, a donné un sens nouveau à sa pratique comme enseignant d'arts martiaux.

C'est ça, mon premier groupe à la maison des jeunes Rosemont c'était, il y avait un jeune qui avait des besoins particuliers, je ne pourrais pas te donner son nom pour des raisons de confidentialité. Et c'est ça, ses parents ont du le, il s'est fait refuser de trois dojo avant qu'il arrive au mien, et ses parents ont du me le cacher aussi. Après ils se sont excusés, ils m'ont dit : « on s'excuse on t'a menti, notre fils est artiste, en plus d'avoir une dyslexie » tout ça. Vu que, à l'époque en 2006 je ne savais pas ça veut dire quoi artiste (Rio).

Le second parcours qui ressort est celui des intervenantes et intervenants qui ont décidé d'intégrer les arts martiaux à une pratique d'intervention déjà existante. Bien qu'Oslo et Berlin pratiquaient déjà les arts martiaux depuis leur jeune âge, c'est leur pratique d'intervention qui les a amenés à vouloir se servir des arts martiaux. Pour Berlin, l'intégration des pratiques martiales à l'intervention allait de soi.

En travail de rue c'est surtout du savoir-être qu'on se sert, moi je suis quelqu'un qui se sert surtout de mon savoir-être, de mes passions,

nécessairement c'est devenu, je ne l'ai pas tant réfléchi que je l'ai utilisé d'emblée dans certaines circonstances plus précises où je m'en servais avec l'individu, un à un. [...] Moi je m'en suis servi vraiment d'emblée sans nécessairement le réfléchir plus qu'il faut dans mon plan d'intervention (Berlin).

Moscou a découvert les arts martiaux en tant qu'intervenante, et a tout de suite accroché à cet outil en constatant les bénéfices que la pratique apportait aux jeunes avec qui elle travaille. Bien qu'elle ait eu des idées préconçues sur l'art martial, elle s'est lancée et a rapidement découvert les avantages que cet outil pouvait apporter aux jeunes participants à ses ateliers.

Je n'en avais jamais fait puis tu sais, je ne savais pas trop non plus c'était quoi l'ampleur de ce sport-là, souvent la première idée qu'on a en tête c'est de la violence qu'on enseigne un peu, ou comment maîtriser un peu ce concept-là, fait que j'étais pas très à l'aise je te dirais, mais ça a été quand même assez rapide que j'ai vu des impacts bénéfiques sur mes jeunes puis également sur moi, parce que veut, veut pas je me suis mis aussi complètement dans le sport (Moscou).

Pour sa part, Denver a commencé à s'impliquer dans le projet avant même de faire des arts martiaux. À cause d'un historique personnel de violence conjugale, il a assisté au projet pendant plus d'un an avant d'être capable de se mettre lui-même à la pratique.

Je vivais beaucoup d'anxiété parce que j'ai vécu une relation de violence conjugale quand j'étais adolescent, puis recevoir des coups vers moi j'y arrivais pas, fait que je tenais les *pads* mais je ne pouvais pas faire le *sparring*, je n'arrivais pas à mettre des bandages, je n'arrivais vraiment pas à faire ce pas-là, fait que j'ai fait beaucoup de logistique pendant un an, un an et demi, jusqu'à ce que je décide d'embarquer dans le projet au niveau sportif (Denver).

4.2 La violence

4.2.1 Une définition

Plusieurs tentatives de définition de la violence ont été amenées par les intervenantes et intervenants, tout aussi différentes les unes des autres : la première chose qui ressort des entretiens est qu'il n'y a pas de consensus sur la définition de violence. Parmi celles avancées, une en particulier attire l'attention, car elle contient les trois idées qui ressortent le plus fréquemment dans les propos des personnes rencontrées.

La violence, c'est de l'intimidation, c'est de faire mal à quelqu'un qui ne veut pas. C'est de prendre le dessus sur quelqu'un, c'est de prendre le dessus sur quelque chose, prendre le contrôle de quelque chose que les autres ne sont pas d'accord avec ça. Ça, c'est de la violence (Berlin).

Les trois idées suivantes seront autant de notions qui reviendront dans la présente section. D'abord, il y a la question de la douleur ou du dommage créé : la violence fait mal. Ensuite, la violence vise une prise de contrôle de la personne visée par la violence, on sous-entend donc que la violence, pour exister, nécessite une intention de prise de pouvoir de la part de la personne ou du groupe qui la perpète. Finalement, la violence est quelque chose qui est imposée, qui entre en contradiction directe avec le consentement de la personne qui la subit.

La violence fait mal

L'idée de l'effet de la violence revient fréquemment dans les définitions des intervenantes et intervenants. Pour plusieurs, la violence doit avoir un effet négatif sur la personne qui la subit. Pour Berlin, « un intimidateur c'est quelqu'un de violent, c'est quelqu'un qui veut blesser quelqu'un, c'est quelqu'un de violent. » Pour lui, un

intimidateur est violent, car il a l'intention de poser un geste qui va blesser autrui. Denver va dans le même sens : la violence, c'est ce qui cause un dommage :

Je pense que la violence peut toucher à tout ce qui est infligé à soi-même ou à d'autres personnes et qui a comme un impact négatif sur sa santé, donc que ce soit physique, que ce soit psychologique, émotionnel, j'irais là-dedans (Denver).

Nairobi abonde dans le même sens. Selon lui, ce qui différencie la violence de l'agressivité, c'est la manière d'opprimer un autre individu. Selon lui, l'agressivité est une énergie qui, d'une part, permet à un individu de s'affirmer, mais qui peut aussi, d'autre part, être destructrice. Et lorsque cette énergie destructrice mène à créer une oppression chez autrui, on peut parler de violence.

Faire une certaine oppression, il y a une certaine agressivité derrière ces choses-là. Et il y a une violence par le fait même. La violence est réellement pour moi, et l'agressivité si je peux faire le lien entre les deux, est davantage, selon moi, cette manière de faire une certaine oppression sur autrui (Nairobi).

Un geste a-t-il besoin d'être porté sur une personne pour être violent? Pour certains, casser des objets peut être violent, pour d'autres non.

C'est ça pour moi la violence. Et non pas de frapper sur quelque chose, frapper sur quelqu'un. Ça, c'est un geste. Et ce n'est pas plus violent qu'un autre geste selon moi. [...] Frapper dans un mur, ça n'a aucun sens. Frapper dans un sac de sable, jamais je ne vais dire de quelqu'un qu'il est violent parce qu'il frappe dans un sac de sable (Berlin).

Mais pousser un jeune à frapper sur un sac jusqu'à ce que le sac tombe, je trouve ça très, très violent. Frapper des sacs, on a fait tomber des sacs, on a cassé des *makiwara*, c'était ça, comme si tu frappes pour aller à la guerre. OK, ça n'a aucun sens (Tokyo).

Ici, deux intervenants offrent des positions qui semblent à priori opposées sur la violence. Dans un premier temps, Tokyo semble trouver une certaine violence au geste qui consiste à frapper dans un sac, surtout lorsqu'on frappe jusqu'à briser le matériel. Il se peut aussi que ce ne soit pas le geste de frapper dans le sac qui soit considéré comme violent par l'intervenant, plutôt que le geste du professeur de pousser le jeune à le faire. De son côté, Berlin dit que ce ne sera jamais violent de frapper dans un sac. Pour lui, un geste reste un geste, pas plus violent qu'un autre. C'est l'intention et l'effet qui confèrent au geste sa portée violente.

La violence dépend de l'intention

La grande majorité des intervenantes et intervenants rencontrés s'entendent sur une chose : la violence d'un geste dépend de l'intention de la personne ou du groupe qui le pose. Pour Berlin, l'intention est clairement un déterminant de la violence.

Ça, c'est un geste. Et ce n'est pas plus violent qu'un autre geste selon moi, c'est l'intention qui change tout dans ce geste-là (Berlin).

Rio abonde dans le même sens.

Interlocuteur : Qu'est-ce qui fait qu'on peut dire ça, c'est violent et ça, ce ne l'est pas?

Rio : Très bonne question. C'est simple, c'est l'intention. Et l'intention on ne peut pas la percevoir facilement, ce n'est pas tout le monde qui peut voir ça (Rio).

Pour ces deux intervenants, il est clair que la violence est déterminée par l'intention de la personne qui pose le geste de nuire à l'autre. Il doit y avoir une volonté de faire mal ou de s'imposer à l'autre. Quant à Moscou, si elle ne parle pas explicitement d'intention, elle dit que pour elle, « dans le mot violence, il y a un non-respect envers l'autre personne. »

Denver ne semble pas partager cette vision des choses. Pour lui, la violence dépend plus de l'effet et de la perception de la personne ou du groupe qui subit que de l'intention de celui ou ceux qui posent le geste.

La violence, ça peut être volontaire ou involontaire puis qu'il y a des choses qui vont blesser des gens qui ne vont pas en blesser d'autres, qui vont causer des violences qui ne vont pas en causer à d'autres, au sens où la réalité de tout le monde est différente. [...] Ça fait qu'une personne qui a vécu de la violence conjugale qui va recevoir un coup au visage dans un *sparring* dans lequel ça ne devait pas avoir lieu, où les coups devaient seulement être mis au corps, va le vivre comme de la violence, possiblement (Denver).

Dans l'exemple ci-haut, le coup porté pouvait très bien être accidentel, mais ce qui importe, ce n'est pas l'intention de celui ou celle qui a posé le geste, plutôt que la manière dont la situation est vécue par la personne qui reçoit le coup. Cette vision semble être partagée par Oslo, pour qui la perception de la personne qui subit la violence est importante.

La violence pour les jeunes est différente pour chaque, il y en a pour qui une chose va être très violente, pour un autre ça va être très insignifiant. [...] Il y en a qui ont été victimisés, il y en a qui ont été des intimidateurs. Fait que pour un, quelque chose de très violent peut paraître très insignifiant, mais pour l'intimidé quelque chose de très insignifiant peut paraître très violent (Oslo).

Dans ce contexte, bien qu'il ne soit pas précisé s'il y a ou non intention de la part de la personne qui perpète la violence, on peut clairement voir que la perception de la personne qui subit est particulièrement importante afin de déterminer si un geste est violent ou non.

La violence se produit dans l'absence de consentement

S'il y a un point sur lequel tout le monde semble s'entendre, c'est que pour qu'il y ait violence, il doit y avoir absence de consentement. Pour tout le monde, la violence est imposée. Il peut s'agir d'une manière d'imposer sa volonté à l'autre, de prendre contrôle de l'autre ou, tout simplement, le geste violent est arrivé sans que la personne l'ayant subi l'ait voulu.

La violence, c'est de l'intimidation, c'est de faire mal à quelqu'un qui ne veut pas. C'est de prendre le dessus sur quelqu'un, c'est de prendre le dessus sur quelque chose, prendre le contrôle de quelque chose que les autres ne sont pas d'accord avec ça. Ça, c'est de la violence (Berlin).

Le combat qui se fait avec le consentement de l'autre n'est pas considéré comme violent, mais à partir du moment où l'on retire le consentement, les mêmes actions deviennent des gestes de violence.

Parce que les deux personnes qui font du *sparring* ensemble, les deux ont levé la main, les deux veulent bien. Les combats qu'on voit à la TV, les deux sont d'accord de se battre ensemble, le reste c'est un spectacle. [...] OK, la minute où il y en a un des deux qui ne veut plus, on arrête. Et c'est là aussi l'aspect violent. Ce serait de la violence si on continuait. Là, ça tombe de la violence, je veux plus, tu continues, c'est de la violence (Berlin).

Aussi, il semble y avoir consensus pour dire que c'est précisément l'existence d'un consentement entre les deux partis qui fait que les combats des arts martiaux ou des sports de combat ne peuvent pas être qualifiés de violents.

Pour moi en sports de combat, je rentre dans un ring, il y a un consentement mutuel, donc on est d'accord, on va livrer combat, on est des guerriers, on veut livrer combat pour voir qui maîtrise le mieux sa discipline. Fait qu'on s'entend là-dessus. Donc, personne des deux n'est victime (Helsinki).

4.2.2 Les types de violence

Les origines de la violence

Pour l'ensemble des intervenantes et intervenants, la violence est tout d'abord interpersonnelle, commise par un individu en interaction antagonistique avec l'altérité, et souvent la conséquence d'un phénomène intrapsychique menant l'individu à vouloir s'imposer à autrui et lui causer préjudice en dépit de sa volonté.

La violence c'est une pathologie, la violence c'est une maladie psychologique qui affecte les esprits faibles et simples, qui affecte les personnes insécures, les personnes qui ont une anomalie au niveau de la construction de leur personnalité (Rio).

Nairobi entre un peu plus dans l'explication des origines de cette violence, qui, selon lui, part principalement de la construction du concept de soi de l'individu. Selon lui, la violence chez l'individu naît d'un manque de confiance dans ses compétences et ses capacités relationnelles et d'une tendance à se critiquer durement. Cette méfiance envers soi-même tend à se projeter vers les autres, et l'individu violent cherche, par ses comportements, à s'assurer que l'autre n'est pas mieux que lui, que lui aussi peut-être critiqué ou humilié. C'est ce que l'intervenant appelle la violence et l'impuissance. Le manque de confiance en soi de l'individu l'amène à vouloir écraser l'autre pour se sentir moins inférieur.

Et c'est là que j'appelle la violence et l'impuissance parce qu'un coup que j'ai juste ces repères-là, je construis le sens de ma vie à l'entour de ça. C'est ce qui m'amène à être manipulateur parfois, qui m'amène à être méchant avec les autres et essayer à travers le regard des autres de me relever, descendre les autres pour relever l'estime que j'ai de moi-même (Nairobi).

Les formes de violences interpersonnelles

Parce qu'il y a diverses dimensions à la violence : il y a la violence psychologique, il y a la violence physique, il y a la violence d'un groupe envers un individu (Nairobi).

Les intervenantes et intervenants rencontrés reconnaissent généralement trois formes principales de violence interpersonnelles. La première est la violence physique, lorsqu'une personne s'en prend physiquement à l'autre pour lui faire mal ou lui imposer sa volonté.

Ouais, bien y'en a une qui est plus directe, comme le fait de, la violence carrément physique de recevoir des coups disproportionnés selon ce qui est supposé être encadré par l'exercice (Denver).

La seconde est la violence verbale, ou une personne utilise la parole, par le biais, par exemple, de menaces et d'insultes, pour diminuer le sentiment de sécurité et s'attaquer à l'intégrité morale de la personne.

Je marche dans la rue, je fais juste commencer à gueuler derrière quelqu'un, je suis en train d'user de violence, je suis en train de la victimiser, d'en faire une victime, juste verbale. Pour moi, ça c'est de la violence gratuite (Helsinki).

La troisième forme, nommée très souvent, mais peu décrite, est la violence psychologique, que l'on pourrait définir comme étant toute forme de violence indirecte, perpétrée par une personne à travers des comportements ou des paroles et visant à créer un climat d'insécurité chez la personne visée, sans nécessairement qu'il y ait d'attaque verbale ou physique directe.

Il n'y a rien de physique dans la violence psychologique c'est, on crée des souffrances pour l'autre personne, mais à un niveau qui n'est absolument pas physique (Denver).

Cette forme de violence inclut beaucoup d'actions qui peuvent nuire à une autre personne, sans que l'on ait affaire à des agressions physiques ou verbales. L'exploitation économique entre dans cette catégorie pour Rio.

Psychologique, physique. Moi, j'ai eu des clients qui se sont fait taxer. C'est facile d'enlever de l'argent à une personne qui souffre de handicap. J'ai entendu de mes élèves différentes histoires genre il y a ceux qui se font arnaquer, c'est à la limite... eh donne-moi, je vais t'acheter ci, ça, na, na, na... il ne l'a pas frappé, mais il a mis sa main dans sa poche et il a pris son argent (Rio).

Les manifestations de la violence interpersonnelle

Outre ces formes de violence, une autre typologie se dégage, dans laquelle se regroupent les différents contextes à travers lesquels la violence interpersonnelle s'exprime le plus fréquemment. Ces contextes d'expression de la violence seront nommés *manifestations de la violence*.

Peut-être signe que la plupart des intervenantes et intervenants interrogés travaillent dans le champ de l'intervention auprès de la jeunesse, la très grande majorité des personnes ont fait mention de l'intimidation comme de l'une des manifestations les plus fréquentes de la violence.

Je te dirais que c'est beaucoup de la violence verbale. La majorité, dans mes jeunes à moi, ils ont vécu de l'intimidation dans le passé, plus à l'école (Moscou).

La présence récurrente de cette manifestation de la violence s'explique peut-être par le fait que la majorité des intervenantes et intervenants interrogés travaillent près des milieux scolaires et auprès de partenaires institutionnels qui doivent prendre des mesures concrètes pour lutter contre l'intimidation dans leurs établissements.

C'est avec les écoles qui ont besoin de lutter contre l'intimidation, tu sais la loi sur l'instruction publique oblige les écoles à avoir un plan de lutte contre l'intimidation (Rio).

Pour Berlin, la violence et l'intimidation vont de pair.

La violence, c'est l'intimidation. De la violence, c'est avoir le dessus sur quelqu'un d'autre qui ne veut pas. Un intimidateur c'est quelqu'un de violent, c'est quelqu'un qui veut blesser quelqu'un, c'est quelqu'un de violent (Berlin).

La plupart des personnes rencontrées travaillent aussi bien avec des jeunes intimidatrices ou intimidateurs que des jeunes ayant vécu l'intimidation, et utilisent l'art martial pour les faire travailler ensemble sur la problématique. Les intervenantes et intervenants doivent s'adapter à la réalité de chaque jeune, pour qui la conception de la violence n'est pas toujours la même.

Autre signe du lien intrinsèque entre l'art martial et la violence, les jeunes ayant vécu de la violence ou l'ayant perpétrée sont aussi attirés les uns que les autres par la pratique martiale, bien que pour des motivations différentes.

J'ai les deux spectres, autant l'intimidateur qui vient nous voir, qui est souvent référé ou parce que lui veut apprendre des techniques. Il veut apprendre des techniques d'arts martiaux pour être encore plus intense. Autant, j'ai l'autre qui veut apprendre à se défendre parce qu'il est tanné de se faire intimider à l'école puis les deux, je les confronte dans cette histoire-là (Berlin).

Si l'outil utilisé reste le même, la manière de travailler avec chaque groupe peut différer en fonction des besoins.

Les jeunes qui ont une faible estime de soi on les place ensemble, les jeunes qui sont intimidateurs agressifs on travaille avec eux ensemble et l'approche est complètement différente avec les deux. [...] Donc, on les ramène à pallier pour faire à la fin de la session la fin de l'année scolaire 10 cours conjoints. Tout le monde s'entraîne ensemble et tout le monde est capable de s'entraîner ensemble (Rio).

L'autre manifestation de la violence la plus fréquemment nommée est la violence conjugale. Plusieurs femmes et personnes opprimées par le genre ayant vécu de la violence conjugale vont aller vers les arts martiaux pour trouver une manière d'apprendre à s'affirmer ou à se défendre.

Dans le cas de personnes opprimées par le genre, dans celles qui viennent dans mes cours, il y en a beaucoup qui ont vécu de la violence conjugale (Denver).

Dans ces cas-là, la présence d'intervenantes et d'intervenants qualifiés revêt une haute importance pour bien encadrer la personne et lui permettre de raconter son histoire, puisque la pratique martiale peut faire ressurgir des épisodes traumatiques dans l'esprit des pratiquantes et pratiquants ayant vécu des violences.

La personne peut arriver me montrer ses bras, là je vois ses bleus puis elle m'explique qu'elle vit de la violence conjugale. Là je rentre dans un autre processus, là je rentre dans mon vrai métier en réalité, qui est de l'intervention en travail de rue. Là on rentre, t'as une madame qui vit de la violence conjugale et peut-être veut s'en sortir. Que la personne initialement c'est peut-être pour ça qu'elle venait, pour ça qu'elle venait en arts martiaux (Berlin).

Parfois, cette manifestation de la violence est nommée par des jeunes qui la vivent en tant que témoin dans leur foyer, ou en tant que victime par association.

La mère, en fait, pour faire entrer plus d'argent à la maison, se prostituait et disait à son fils, ça, tu ne parles pas de ça à ton père quand il y a des hommes qui viennent à la maison. Et quand le mari découvrait ces

choses-là, il battait sa femme et quand le jeune venait à la défense de sa mère, il battait son petit gars aussi (Nairobi).

Comme dans la dernière citation, les agressions sexuelles sont aussi une manifestation de la violence souvent nommée par les intervenantes et intervenants comme étant souvent vécue par les personnes qui participent à leurs interventions. « Et de la violence, tout ce qui est sexuel, là, agression sexuelle là, y'en a beaucoup qui ressort » (Moscou). Les personnes ayant vécu des abus sexuels peuvent avoir des problèmes avec la confiance en d'autres personnes, se méfier des hommes ou avoir de la difficulté avec la proximité physique. Dans ce cas, la pratique martiale peut être utilisée comme outil pour travailler sur ces aspects et améliorer la qualité de vie de la personne.

Tu sais là, je vais faire le lien. J'ai une cliente en tête que elle, quand elle est venue me rencontrer, elle a un très lourd passé d'agressions sexuelles, d'agressions physiques, pour elle, elle avait une perception que 80% des hommes étaient méchants, étaient violents et elle ne sortait plus de chez elle, elle n'allait même plus faire son épicerie (Moscou).

Parfois, la demande part à la base d'un simple besoin de se défouler, ce qui permet la prise de contact et l'établissement d'une relation de confiance avec l'intervenante ou l'intervenant.

J'ai eu sur mes cas une femme, qui a été référée par un de mes confrères psychologues, qui avait vécu de l'inceste, qui était en thérapie avec lui puis il dit, cette femme-là voulait absolument se défouler (Nairobi).

Les violences systémiques

Mais existe-t-il d'autres types de violence que la violence interpersonnelle? Seule une minorité d'intervenantes et d'intervenants ont parlé d'autres types de violence spontanément sans qu'on leur pose la question. Pour Nairobi, les injustices du

système qui créent des dénis de reconnaissance représentent une forme de violence systémique.

L'injustice c'est une certaine forme de violence parce qu'il y a de l'oppression là-dedans, il y a de la non-reconnaissance. Oui il peut y en avoir, c'est une forme de violence relative, déposée en fait dans la vertu d'une équité pour tout le monde d'un savoir vivre ensemble. Oui, je crois que quand il y a de l'injustice, c'est de faire violence à la non-reconnaissance des individus (Nairobi).

Selon lui, lorsque les systèmes établissent des cadres qui tiennent compte des généralités et non des particularités de chacun, on peut facilement se retrouver dans des situations où certaines personnes vont vivre un déni de justice et de la violence. Il y aura toujours des cas où, dans un système donné, certaines personnes vont abuser des bénéfices qu'ils peuvent tirer et selon la position qu'ils occupent dans la hiérarchie sociale, ces comportements vont créer des oppressions et des injustices. Lorsque les gens constatent que ces injustices vont en opposition avec leur idéal d'organisation sociale, ces formes de violence systémique peuvent mener à d'autres formes de violence, comme la violence physique.

Si dans des sociétés où il y a justement dans le monde idéal par rapport à tout ce qui est des vertus, on étouffe des gens dans un système, faut s'attendre qu'un moment donné que le système éclate ou que certains groupes se rebellent contre le système. C'est tout à fait normal. Mais ça, c'est la beauté de la vie (Nairobi).

Selon Nairobi, ces situations sont inévitables et font partie des dynamiques normales dans les relations entre les humains, et toutes les sociétés vivront de la violence à un certain moment à différents degrés. Tout dépend de la violence vécue par les individus dans leurs rapports aux autres et à l'intérieur du cadre dans lequel ils vivent.

Pour Rio, « la discrimination, c'est une forme de violence. » Pour lui, tous les préjugés et les exclusions d'un groupe donné dans une société constituent une forme de violence. Tout au long de l'entrevue, il fait référence aux injustices du système comme étant des formes de violence.

Rio : La discrimination, c'est une forme de violence. C'est comme ça que je dirais.

Interlocuteur : C'est quoi comme forme de violence?

Rio : Psychologique.

Tokyo, pour sa part, classe le racisme comme étant une forme de violence symbolique.

Quand tu parles d'une fille voilée par exemple, ou une fille africaine qui a un nom qui n'est pas commun, des fois on va rire de son prénom. Et je trouve ça, c'est de la violence quand même. [...] On est dans le symbolique, on est dans le symbolique des fois, mais des fois on est dans la violence verbale, carrément (Tokyo).

Pour Denver, le machisme et l'exclusion sont également des violences symboliques, qu'il nomme spontanément. Selon lui, il existe des violences qui sont inhérentes aux comportements sociaux des gens. La violence machiste en est un exemple, et il en cite deux formes. D'une part, il y a une violence carrément physique, où certains hommes, dans le cadre de la pratique, se mettent à asséner des coups puissants ou s'imposer physiquement par rapport à une autre personne. D'autre part, il y a une violence symbolique, plus insidieuse, alors que certains comportements machos et virilistes peuvent s'exprimer dans l'espace public et, entre autres, dans les écoles d'arts martiaux, et font partie d'une violence systémique, car elle fait en sorte d'exclure ou de rendre mal à l'aise certaines femmes ou certaines personnes opprimées par le genre.

Parfois c'est de la violence plus symbolique du fait de se faire exclure du reste du groupe, de voir que les gens, que le gars est vraiment déçu de se faire matcher avec toi parce qu'il n'y a personne d'autre et là tu vois que tu viens de gâcher son entraînement du seul fait que tu n'es pas un homme. Bien, que lui pense que son entraînement est gâché parce que ha! il n'a pas été jumelé avec un homme. Fait qu'il y a vraiment de la grosse violence symbolique qui va t'empêcher de participer au cours (Denver)

Pour Helsinki et Oslo, la violence systémique est plutôt une question de perception. Lorsque questionnés au sujet de la violence systémique, ils répondent :

Helsinki : Oui, qu'il y ait eu un, ce que tu veux dire c'est que le jeune, par sentiment d'oppression, oui, oui, qui sent que le système est contre lui, à l'école il est détesté ou...

Oslo : Il voit l'école comme une prison.

Helsinki développe un peu sa pensée en donnant cet exemple :

Exemple, une jeune elle a décidé de s'inscrire à notre programme, mais sa mère est très encadrante, donc, mais je sais pas jusqu'à quel point qu'elle s'exprime avec sa mère, mais là elle arrive un moment donné dans un discours elle dit, bon ici elle ne peut pas faire ce qu'elle veut, mais en réalité ce qu'elle me dit c'est ce qu'elle aimerait dire à sa mère. [...] Elle ne peut pas faire ce qu'elle veut, elle se sent dans une prison. Donc c'est un discours qu'elle passe à nous, mais ce n'est pas à nous que ce discours s'adresse (Helsinki).

Selon Helsinki, le sentiment d'oppression vécu par la personne serait la conséquence d'un processus de déplacement : l'affect négatif associé à sa mère est déplacé vers le système qui l'encadre. Ceci expliquerait en grande partie les comportements des jeunes qui voient une forme d'oppression dans les institutions avec lesquelles ils interagissent. D'autres intervenantes et intervenants, lorsque questionnés sur la violence du système, n'avaient jamais entendu parler du concept ni avoir eu conscience de ses manifestations.

Non, mais c'est ça, pour ma part, pas vraiment. C'est sûr qu'à [ville], ce n'est pas comme si on était à Montréal. Les jeunes sont moins connaissant de ça [...] Ça ne veut pas dire qu'il n'y en a pas, mais non, ce n'était pas catégorisé comme violence... c'était plus comme l'enseignant n'était pas assez impliqué dans ma démarche, mais il y avait tout le temps la limite que ça ne rentrait pas dans la violence, il ne le percevait pas comme quelque chose de violent, une attaque personnelle, etc. (Moscou).

Berlin, pour sa part, pense à la violence de l'abandon, et nomme des « situations » que peuvent vivre les adultes.

Mais, étant donné que je suis travailleur de rue, je pense que je touche vraiment à tous les aspects, autant des jeunes qui vivent de la violence par leurs parents, autant des jeunes qui ont été abandonnés qui selon moi s'appelle comme un acte violent d'abandonner quelqu'un si on parle de violence, autant des adultes qui vivent certaines situations (Berlin).

4.2.3 La violence dans la pratique des arts martiaux

L'idée de la violence, moi je trouve qu'elle est omniprésente. La violence est partout (Tokyo).

Si la violence est partout comme le dit Tokyo, elle peut donc se trouver également dans le dojo, comme le dit Denver. La pratique des arts martiaux en elle-même peut-elle être violente? Sur ce point, les intervenantes et intervenants ont différentes interprétations. Comme il a été vu, pour Denver, il peut y avoir beaucoup de violence symbolique et même de la violence physique dans les écoles d'art martial.

Dans le fond il va y avoir deux réactions quand une personne opprimée par le genre va dans un gymnase plus conventionnel. [...] Soit il va avoir la réaction de recevoir des coups vraiment doux, comme si on n'était pas capable de faire du sport avec les hommes, comme si on était vraiment trop sensibles, trop fragiles, on avait trop peur et tout [...]. Puis, il va y avoir la réaction un peu plus, ça c'est une réaction qui est vraiment plate, mais il y a une réaction plus haineuse aussi où est-ce qu'on sent carrément qu'on est pas les bienvenus dans le gym, ou il va y avoir des hommes qui vont, au contraire, y aller avec beaucoup de violence (Denver).

Comme il a été vu plus haut, une des composantes principales de la violence est l'absence de consentement. Or, pour la majorité des personnes rencontrées, le consentement est l'un des principes qui fait que la pratique des arts martiaux est non-violente. Cependant, lorsque les règles ne sont pas respectées, on peut rapidement se retrouver dans des situations où les participantes et participants vont vivre de la violence, comme Denver l'illustre ici.

Ouais, bien y'en a une qui est plus directe, comme le fait de, la violence carrément physique de recevoir des coups disproportionnés selon ce qui est supposé être encadré par l'exercice (Denver).

Pour Tokyo, la violence peut se trouver aussi dans les enseignements des instructrices et instructeurs, lorsque la compétition et la performance prennent le pas sur le respect et la volonté d'inclusion.

Pis des fois on va parler, on va mettre des étiquettes que je trouve qui sont, qui ont aucun sens, « Ha, sois un homme! » C'est comme si un homme doit casser, doit frapper, doit tuer. Pis par la suite, juste à l'extérieur, quand ce monsieur qui est arbitre, il est prof, il a un dojo, je suis sûr à 100%, quand c'est une madame qui va ramener deux enfants pour les inscrire, il va lui dire : « Oh, nous on apprend aux jeunes à contrôler, l'estime de soi, la maîtrise de soi » (Tokyo).

Tokyo souligne aussi qu'une certaine violence peut se trouver du côté des spectateurs lorsque ceux-ci assistent à des matchs ou des compétitions.

Et tu dois frapper fort! Quand tu frappes fort, tout le monde va dire « wow! » et puis personne va dire c'est quoi ça, tout le monde va dire « wow! » Tout le monde. Même les intellectuels. Je ne sais pas ce qui arrive pendant la compétition, ils vont perdre leur... leur... leur esprit de civisme, et puis ils s'en vont dans la brutalité (Tokyo).

Helsinki a aussi remarqué cette violence qui règne dans les paroles et les attitudes de la foule qui observe les combats, attitude qui selon lui, tranche avec le respect qui est installé entre les combattants. Pour lui, la vraie violence se trouve chez les spectateurs, qui projettent leurs pulsions violentes sur les combattants dans le ring.

Moi ce que je dis souvent c'est que, lorsqu'il y a un combat, la violence ne se trouve pas dans le ring, la violence se trouve autour du ring. Parce que dans le ring, il y a le respect qui est installé. Je vois mon adversaire de l'autre côté, je ne suis pas en train de me dire, à moins que j'aie quelque chose de personnel avec lui à l'extérieur du ring, je ne suis pas en train de me dire je vais lui arracher la tête, je vais le tuer, je vais faire ci, je vais faire ça. Je vais gagner c'est sûr et certain, je vais prendre tous les moyens nécessaires pour gagner, mais j'entends la foule me dire : « arraches-y la tête, tue-le, mets-le KO » (Helsinki).

4.2.4 Le droit à la violence

La question de l'autodéfense a fait l'objet de beaucoup de discussion, surtout en ce qui a trait au concept de légitime défense. Tout le monde s'entend sur le droit d'une personne à répondre à la violence par la violence dans le contexte où son intégrité physique ou morale serait menacée. Si la violence est omniprésente et inévitable, les personnes qui sont la cible de comportements violents doivent donc apprendre à développer leur potentiel de violence pour pouvoir exercer leur droit à la légitime défense. C'est ce que Denver appelle le « droit à la violence. »

Oui, dans le fond, l'objectif aussi c'est de redonner le droit à la violence à des personnes à qui ça a été retiré. Les personnes opprimées par le genre souvent vont se faire réprimer si elles expriment de la colère, si elles expriment physiquement des coups envers les autres, c'est, il y a vraiment une demande d'être pacifiée pour les personnes opprimées par le genre. Ce qui fait que souvent, ces personnes-là vont vivre beaucoup de violence physique contre elles aussi, ou verbale ou psychologique, puis en sachant qu'elles ont la même capacité de créer des violences, ça redonne confiance en soi, ou de stopper des violences dans un cas ou dans l'autre (Denver).

Selon lui, les personnes opprimées par le genre qui découvrent leur « potentiel de violence », ou leur capacité à utiliser leur corps pour pouvoir se défendre en cas d'attaque est une grande source d'empowerment. Lorsque repris en groupe lors de la discussion à la fin, les personnes restent malgré tout conscientes de la nécessité de ne pas tomber dans le camp des agresseurs.

Puis des fois ça crée des conversations où on ne veut pas non plus devenir des agresseurs, des agresseuses. Il y a des gens à qui ça peut monter à la tête puis que ça peut stresser de voir qu'OK, j'ai maintenant le réflexe de me dire que je pourrais me défendre physiquement contre telle personne qui me crie tel truc, mais les gens qui m'en ont parlé ne vont pas vouloir vraiment créer ces violences-là (Denver).

Lui aussi dit que les arts martiaux lui ont apporté une conscience de sa capacité à se défendre et qu'il commence à se réappropriier son droit à la violence. Cette réappropriation de la violence lui permet de se sentir plus à l'aise dans des situations à risque et lui donne la confiance nécessaire à prendre sa place dans l'espace public.

J'ai réalisé que je pouvais avoir des capacités de violence sans les appliquer, juste de savoir que moi je les ai, et que moi je peux être en confiance tout seul avec ma propre personne face à des problèmes (Denver).

4.3 L'intervention

4.3.1 Les arts martiaux

Pourquoi certaines intervenantes et certains intervenants n'ayant jamais fait d'arts martiaux décideraient-ils de l'utiliser comme outil d'intervention? Pourquoi utilise-t-on les arts martiaux pour travailler sur la violence? Pourquoi pas un autre sport? La réponse tiendrait dans la nature même de la discipline.

Apprivoiser la violence en la mettant en scène

Tout d'abord, les arts martiaux permettraient une mise en scène de la violence interpersonnelle. Les partenaires d'entraînement jouent des rôles, ce qui permet aux pratiquantes et pratiquants de se préparer à faire face à de réelles situations d'agression.

Dans notre perception à nous, on voit que c'est une théâtralisation de la violence, ou c'est une simulation de la violence. Quand c'est le jeu de rôle, quand t'as deux élèves qui sont en train de jouer, et, je préfère dire jouer au lieu de se battre, ils sont en train de jouer des rôles. [...] Quand ils changent de rôle, ils découvrent la situation où il était victime, où il jouait la victime, les chances qu'il avait, le danger où est-ce qu'il était, et quand il joue le rôle de l'agresseur, il voyait les possibilités de danger que lui il créait (Tokyo).

En autodéfense, le réalisme de ces mises en situation est encore plus important afin de permettre aux pratiquantes et pratiquants de développer les réflexes nécessaires en cas d'agression.

Si on parle de l'autodéfense, il y a un aspect de violence au sens où on se met nous-mêmes dans des situations de violence pour pouvoir se défendre. Donc on prend le choix conscient de faire comme OK, voici les violences qu'on vit dans le quotidien ou qu'on pourrait vivre dans le quotidien, comment s'en défaire? Et là dans ce cas-là c'est vraiment, l'autodéfense ne se veut pas une violence envers l'autre, elle se veut vraiment une façon de se protéger contre des violences (Denver).

Cette mise en scène vise en premier lieu à s'habituer aux scénarios d'agression et à développer la capacité d'y répondre rapidement en développant les réflexes, afin de donner aux participantes et participants un sentiment de confiance et de contrôle sur leur vie.

Puis pour aussi avoir la confiance de se dire, là on n'avait pas préparé telle situation, c'est n'importe qui dans le cours qui a suggéré ce truc-là, puis en

moins de cinq secondes je peux trouver une arme sur mon corps qui peut atteindre une cible sur son corps. Fait que on finit par avoir la confiance que, OK, peu importe ce qui arrive, on va être préparé à cette situation-là (Denver).

Les effets d'un tel entrainement vont bien au-delà de la simple capacité à se défendre. En développant leur capacité à faire face à des situations d'agression, les participantes et participants développent également une confiance en leur moyen et un sentiment de sécurité qui les suit bien après que le cours se soit terminé.

Que ce soit à ce moment-là dans l'heure et demie où on s'entraîne de se sentir bien, de se sentir en sécurité, de se sentir bien encadré, bien entouré, que d'en sortir et d'avoir ce sentiment de sécurité-là qui continue même dans des situations de combat, de violence, de conserver ce sentiment-là qu'on est en sécurité, qu'on est en contrôle, que ce soit transposé du cours à la vie réelle en dehors du gym (Denver).

Cette mise en scène peut également faire vivre des situations difficiles à certaines personnes, surtout celles qui ont vécu des épisodes de violence dans leur vie. Cette situation peut être éprouvante, mais permet à la personne pratiquante d'explorer avec l'intervenante ou l'intervenant les épisodes traumatiques vécus et permet l'établissement d'une relation d'aide entre les deux personnes.

Chaque fois que je montrais certains gestes, ça lui rappelait la manière dont son père la menaçait. Et par la suite, je n'avais pas le choix de la prendre à part pour qu'elle me parle des situations que ça lui révélait à son esprit (Nairobi).

Même pour les personnes n'ayant pas nécessairement vécu des épisodes de violence, ces mises en scène peuvent être confrontantes.

Moi dans le fond, je suis souvent l'agresseur dans ce temps-là, donc c'est un peu confrontant quand tu te fais étrangler la première fois, ça fait ressortir veut, veut pas, des choses même si on n'a pas nécessairement de

vécu lié à des agressions, mais de le vivre, dire oh mon dieu! C'est vraiment ça! Tu sais, c'est confrontant puis ça fait ressortir des émotions (Moscou).

Comme il s'agit de pratiquer des techniques violentes qui peuvent blesser et même tuer, l'art martial nous met constamment en situation où nous sommes confrontés au danger, à nos limites et à notre propre finitude. Ce sentiment de prise de conscience de sa propre vulnérabilité, la proximité avec l'autre et la responsabilité de ta propre sécurité qui est confiée à tes partenaires dans les mises en situation est d'ailleurs l'une des raisons qui font que l'art martial, contrairement aux autres sports, crée un rapprochement entre les individus et permet le développement d'une confiance en ses propres capacités et d'une confiance envers l'autre.

Donc, les premières fois, tu n'es pas trop à l'aise et plus que j'en faisais avec lui, plus que j'apprenais à lui faire confiance. Maintenant, je lui fais confiance les yeux fermés, même si des fois il y va à fond. Une fois, il montrait une technique d'étranglement puis il m'a vraiment étranglé à 50% de sa force. Je ne m'y attendais pas du tout, mais en même temps j'avais confiance qu'il allait lâcher, qu'il allait réagir, donc ça aussi, c'est intéressant (Moscou).

La proximité et la vulnérabilité

Il y a un sentiment de pouvoir, de dire hey, je peux taper dessus puis il me donne le droit! Puis le gars qui mange les coups l'encourage à frapper plus fort, fait que là ça devient, ça devient une récompense personnelle, ils grandissent là-dedans parce que c'est intense et qu'ils apprennent des techniques. Ce que je pense que le basket ou d'autres choses ne pourraient pas parce qu'il n'y a pas cette proximité-là directement (Berlin).

Cette proximité et ce contact avec des gestes violents nécessitent que la participante ou le participant apprenne à mettre ses limites avec ses partenaires et à être à l'écoute de celles de l'autre. La proximité nécessaire à la pratique oblige également

l'établissement d'une communication entre partenaires d'entraînement. Cette communication favorise la création d'un lien de confiance entre l'intervenante ou l'intervenant et la personne.

Je jase, je leur demande puis des fois ils me le disent : ouin, regarde, OK, je vis telle situation, telle situation. Ouais, ce n'est pas ce que tu m'avais dit au début! Ouais, mais je te connaissais pas, j'étais gêné. Ben en faisant les arts martiaux cette proximité-là enlève cette gêne-là (Berlin).

Compte tenu de la nature des actions posées et des effets directs que celles-ci peuvent avoir sur l'individu, la proximité pousse également les personnes à communiquer pour pouvoir établir leurs limites, lorsque le cadre établi par l'équipe d'intervention le permet et le favorise.

Juste mettons que je prends l'affirmation de soi, tu sais des jeunes qui sont super passifs, qui ne disent pas non quand ça ne fait pas leur affaire, qui gardent tout à l'intérieur, ben là, on pousse tellement leur limite qu'un moment donné ils sont capables de le dire, ben là, tu vas trop loin, ou là mon dieu, je suis en train de vivre de quoi que je n'aime pas ou au contraire que j'aime ça fait que ça c'est intéressant, puis le fait qu'il y ait une proximité aussi quand on travaille avec les arts martiaux, tu n'as pas le choix de communiquer avec l'autre (Moscou).

Dans un tel contexte de proximité et de vulnérabilité, l'ensemble des intervenantes et intervenants nomme l'importance de créer des espaces permettant l'établissement des limites et de permettre aux partenaires de s'entendre les uns avec les autres sur les comportements et les règles à adopter pour permettre une pratique respectueuse des limites de chacun.

On ne va pas parler de violence à ce moment-là tant que ça, on va parler de contrôler nos façons de se battre puis prendre soin de la personne avec qui on est en face de nous pour pouvoir connaître les limites de l'autre et qu'on puisse pratiquer le sport sans que ça soit vécu comme de la violence en fait dans ce cours-là pour avoir un espace *safe* en fait (Denver).

Une discipline authentique

Cette proximité avec les autres et la vulnérabilité que la pratique implique font en sorte de faire ressortir une authenticité chez les pratiquantes et pratiquants d'arts martiaux et leur permettent de mieux se connaître eux-mêmes. L'art martial et la négociation avec la violence qu'il implique fait prendre conscience à l'individu de son réel rapport avec la violence.

C'est le contact, comme je disais tantôt, ça aide à être honnête un peu en dedans de toi, c'est ça. Quand je dis que c'est confrontant, c'est beaucoup au niveau émotionnel, je trouve que ça te confronte à certaines réalités, à des contextes, des situations auxquelles tu n'es pas nécessairement habituée. Puis, ça te prépare à ça (Moscou).

La pratique des arts martiaux amène une connaissance de soi que seule la confrontation avec la violence peut amener. La mise en scène de la violence fait ressortir chez chacun ses réactions fondamentales face à la violence et permet également l'expression spontanée des réactions fondamentales de la personne face à l'adversité.

Moi, pour enseigner les arts martiaux, les sports de combat en général depuis longtemps, les gens qui arrivent et qui me disent, « écoute, moi je veux juste m'entraîner, je suis un gars pacifique ou je suis une femme pacifique, pas quelqu'un de violent », OK, pas de problème, on va s'entraîner, tout. Puis la première fois que tu embarques cette personne-là dans un ring, il veut arracher tout le monde. [...] Donc, tu ne peux pas être dans le déni quand tu pratiques ce sport-là, t'apprends vraiment à connaître qui tu es, ce que t'as à l'intérieur de toi, à mieux le gérer, à vouloir l'utiliser de la bonne façon. Ça t'amène à une espèce de réflexion envers toi-même (Helsinki).

Plusieurs intervenantes et intervenants font aussi remarquer comment les arts martiaux font ressortir les réactions inhérentes de la personne face à la violence et à

l'adversité. Selon eux, dans le milieu des arts martiaux, il est impossible de mentir, le corps parle de lui-même.

Non, quand il faut que tu te battes, quand tu vas rouler avec quelqu'un au sol ou dans le ring, faire du *sparring*, tu ne peux pas te mentir. Donc, tu apprends vraiment à savoir qui tu es. Ce que tu as à l'intérieur de toi, tu vas le savoir (Helsinki).

Dans les disciplines permettant le combat, la mise en pratique des enseignements reçus lors des séances de combat contrôlées (*sparring*) permettent aux pratiquantes et pratiquants d'avoir un retour immédiat sur leur capacité à mettre à exécution les gestes appris dans un contexte de combat. Le déroulement de ces combats permet à la personne d'évaluer avec plus de clarté les éléments sur lesquels elle doit continuer à travailler, mais également de voir les résultats du travail accompli par la pratique délibérée des mouvements.

Donc, les arts martiaux encore une fois, m'a sauvé la vie parce que c'est le roi de la vérité, quand on roule ensemble au jiu-jitsu, tu ne peux pas *faker*, il n'y a pas lieu d'hypocrisie, si tu tapes alors qu'il n'y a rien, tu as manqué de respect à toi-même, c'est tout (Rio).

L'intervention par le corps

L'art martial est une pratique qui nécessite de renforcer à la fois le corps et l'esprit. C'est par le développement du corps et de ses compétences au niveau moteur que la personne pratiquante renforce sa confiance et développe son estime d'elle-même. Tokyo appelle cette technique la psychomotricité, et la décrit comme suit.

On travaille le corps au début. Le jeune, il va accepter son corps, il va s'accepter. Dans le processus, on va appeler ça « se connaître », connaître ses limites et ses forces. Par la suite, se reconnaître, je reconnais que j'ai des faiblesses comme tout le monde, puis je reconnais mes points forts.

Pour Nairobi, c'est par le mouvement que la ou le jeune et l'intervenante ou l'intervenant peuvent travailler sur sa personnalité, sa confiance et son estime de soi.

De la manière dont nous fonctionnons, c'est réellement pour travailler aussi sur la personnalité du jeune à travers les mouvements parce que ce qu'il y a de plus concret, c'est les mouvements. Ce qui a dans l'esprit, c'est que ça se travaille dans le relationnel, dans le nommé des choses, dans le déplacement de l'attitude positive dans le rapport de développer ta confiance envers autrui, en toi et dans les relations qu'il a avec ses parents réellement. C'est vraiment là-dessus que ça se passe (Nairobi).

Selon lui, c'est par la réalisation de mouvements, par l'expérience vécue par le corps et l'esprit que l'humain peut vraiment apprendre, c'est ce qu'il appelle l'acte incarné. L'apprentissage ne se fait pas nécessairement au moment du geste ou de la situation vécue, mais bien par la réflexion qui se fait après avoir vécu l'évènement.

Où il faut que tu fasses, à la suite de l'expérience, et c'est après ça que tu peux commencer à entrer en contact avec ce qui s'est passé réellement. Dans l'action, tu ne réfléchis pas, tu es cette action. Ce n'est que par la suite que tu peux prendre conscience de l'ampleur de ce qui s'est produit. Et donc, si tu ne l'as jamais expérimenté, tu ne pourras pas transcender cette expérience-là (Nairobi).

C'est également à travers cet acte incarné que passe le changement souhaité. Pour Nairobi, c'est en faisant vivre l'expérience du manque de contrôle dans les mouvements qu'il travaille avec la personne. Par la suite, il peut revenir sur l'évènement vécu et travailler avec la personne à la reprise du contrôle de son corps par la mise en mouvement.

D'un point de vue physique, le contrôle de soi, on travaille, bien écoute, tu vois les mouvements? Bon, on va frapper avec plein d'énergie. Maintenant sur le sac de frappe, il y a quelqu'un qui est en face de toi qui est plus petit, donc il faut que tu contrôles tes mouvements, faut que tu aies un peu plus de retenue. Donc dans l'acte incarné, dans l'acte incarné je fais vivre le code, le processus d'un contrôle (Nairobi).

Pour Tokyo également, l'art martial permet, par le mouvement, de passer par le corps pour travailler avec la psyché de l'individu. Par le mouvement, l'intervenante ou l'intervenant et la personne pratiquante sont capables de déceler les impuissances chez l'individu, ce qui leur permet ensuite de travailler au renforcement des capacités de la personne.

On a appelé l'approche biopsychosociale. On devait passer par le corps pour découvrir les impuissances qui sont liées au psychologique : estime de soi, confiance en soi, le respect, le jugement, des choses comme ça (Tokyo).

En tant que discipline physique, les partenaires utilisent le corps et le mouvement pour communiquer ensemble. Tokyo appelle sociomotricité cette communication qui s'établit entre deux personnes par un échange de mouvement.

La sociomotricité, c'est deux corps qui bougent, qui sont en interaction, et avant que les deux corps interagissent, il faudrait qu'ils s'acceptent d'abord, et c'est ça le côté psychologique. [...] Par la suite, quand je mets le jeune avec quelqu'un d'autre, ça, c'est plutôt un corps qui va bouger avec un autre. C'est ce que moi j'appellerais moteur, mais c'est socio, c'est deux moteurs qui bougent (Tokyo).

L'art martial est aussi une manière de s'approprier son corps. Pour plusieurs personnes, c'est une manière non seulement d'apprendre à utiliser son corps, mais aussi une occasion de le développer au plan physique et de développer les habiletés qui permettront de défendre ce corps. Le projet de Denver a d'ailleurs été créé dans une approche féministe visant la réappropriation du corps et la défense de celui-ci.

On voulait créer une espèce de culture où on allait prendre soin de nos corps, prendre soin de nous, être en forme, puis pour tout l'aspect féministe de pouvoir se défendre, réagir aux agressions, être solidaires ensemble quand on voyait d'autres attaques (Denver).

Selon Denver, c'est justement ce que recherchent les personnes qui se joignent à son projet : être plus confortables dans leur corps et apprendre à le défendre.

Je pense que ces personnes-là viennent vraiment pour une question de se construire une confiance en soi, pour être confortables dans leurs corps, pour être confortables dans leurs habiletés (Denver).

Les sports en général permettent aux pratiquantes et pratiquants de développer le corps dans une manière qui leur convient, tout en permettant le développement de compétences et d'améliorer le contrôle sur leurs mouvements. Loin d'être seulement une question d'apparence, c'est pour Denver une manière de s'autodéterminer et d'avoir du contrôle sur sa vie.

Le sport en général, ça permet d'avoir un contrôle sur son corps, ça permet de modifier son corps dans des façons qu'on préfère, et c'est pas une question superficielle, c'est une question d'avoir droit de pratiquer ce qu'on veut au niveau physique, dans le même sens où on va pouvoir choisir le livre qu'on veut lire ou parler de la conversation qu'on veut parler, bien on va avoir le choix de faire le sport qu'on veut faire (Denver).

Si le sport permet cette reprise du contrôle sur le corps, pourquoi choisir de pratiquer un art martial ou un sport de combat? Pour Denver, c'est qu'en plus de ces bénéfices physiques, les arts martiaux permettent de développer les outils pour défendre ce corps que le sport permet de construire.

Les arts martiaux ont la spécificité de permettre de répondre à des agressions. Fait que c'est comme nos corps qui sont attaqués, fait que je pense que c'est avec les arts martiaux qu'on peut développer les réflexes même si c'est très physique, juste musculaire, se rappeler qu'on peut avoir des réflexes, se rappeler qu'on peut se défendre de telle façon ça protège carrément nos corps, en plus de nous permettre de pratiquer des exercices qui font du bien à notre corps au niveau sportif (Denver).

La culture et les valeurs

Chaque art martial possède son propre cadre culturel portant des valeurs qui permettent aux enseignantes et enseignants de faire des liens entre la pratique martiale et la vie quotidienne. La culture du taekwondo et le cadre moral qu'il porte sont à la base de la pratique de Nairobi, autant dans son rôle d'enseignant que dans celui d'intervenant. Ce sont les valeurs du taekwondo qui offrent les repères qui forment en partie son cadre d'intervention.

Ce que j'enseigne ce n'est pas un sport de combat, mais je le vois beaucoup plus comme une culture de développement de l'individu à travers un processus d'autodéfense. D'ailleurs le général Choi qui est le fondateur du taekwondo disait que le taekwondo en fait, c'est l'entraînement unifié du corps et de l'esprit dans un processus d'autodéfense (Nairobi).

Les valeurs d'un art martial permettent aux intervenantes et intervenants d'engager des discussions et de faire des liens avec la vie quotidienne.

Développer à travers le créneau des valeurs du Taekwondo, c'est-à-dire la courtoisie, l'intégrité, la persévérance le contrôle de soi et le courage, comment que ces valeurs-là peuvent teinter les relations qu'eux entretiennent avec leur milieu. [...] Donc je travaille sur deux modes, deux facettes à ce moment-là. Donc, l'encadrement au niveau d'exploiter certains horizons techniques par rapport aux arts martiaux, et l'autre plus dans une culture morale pour leur enseigner et leur faire voir comment eux se sentent vis-à-vis les autres, et aussi comment dans l'idéal des mondes ils souhaiteraient pouvoir se comporter (Nairobi).

Comme les personnes rencontrées travaillent souvent avec le milieu institutionnel ou d'autres partenaires, elles doivent souvent adapter leur intervention aux objectifs des institutions avec lesquelles elles travaillent. Les valeurs des arts martiaux peuvent servir de cadre moral pour permettre à l'intervenant ou l'intervenante d'adapter ses interventions en fonction de la réalité du groupe avec lequel elle ou il intervient.

Donc, je suis toujours obligé d'adapter le programme et ce que j'enseigne aux besoins immédiats en tant que tels et l'objectif en fait, moi, c'est plutôt de contribuer par les arts martiaux et aussi par l'enseignement de la culture morale à consolider ce qui est dit sur place (Nairobi).

Dans les sports de combat, bien qu'il y ait un code de conduite et des conventions à respecter, il n'y a pas nécessairement de code de valeurs associées à la pratique. La pratique de la boxe dans les clubs commerciaux, entre autres, est souvent individuelle, le sentiment d'appartenance au groupe n'existe pas et l'éthique dépend de la personne qui enseigne. Helsinki utilise donc les valeurs et les pratiques liées aux arts martiaux, comme l'entraide et la solidarité.

Bien moi personnellement, j'utilise la boxe ici, mais à travers les éthiques des arts martiaux. Donc pour moi, je n'aurais pas l'impression, puis quand j'engage des gens pour enseigner la boxe, ils doivent adhérer à cette éthique. [...] La boxe typique selon ce que j'ai vu, selon ce que j'ai connu, tu dois, quand tu rentres dans le gym il faut que tu fasses tes preuves tout de suite pour faire partie du groupe. T'es pas nécessairement accueilli, t'es pas nécessairement accompagné, t'es beaucoup laissé à toi-même (Helsinki).

Tokyo utilise aussi les valeurs et les principes philosophiques des arts martiaux, mais dit qu'il faut faire attention : le cadre philosophique et éthique des arts martiaux a été développé dans un contexte historique et religieux spécifique. Selon lui, sortir le message traditionnel de ce contexte peut comporter certains risques. Il incombe donc aux enseignantes et enseignants d'arts martiaux de replacer ce cadre de valeurs dans la réalité occidentale moderne.

Ce qui fait, un bouddhiste quand tu vas lui transmettre un message, tu dis, tu sais qu'on n'a pas le droit dans notre religion de tuer un confrère. Ça c'est un discours. Ce qui fait lui, l'émetteur et le récepteur ils parlent de la même chose c'est correct. Par contre, quand tu viens en occident tu parles à un jeune tu lui dis on va pas tuer un confrère, ce n'est pas le même discours. Par contre, il faudrait parler d'autre chose : gérer ses émotions, gérer la colère, gérer la distance, gérer d'autre chose (Tokyo).

Le sentiment d'appartenance

Un des principaux avantages nommés par les intervenantes et intervenants est la capacité de créer un sentiment d'appartenance au groupe qui favorise le respect de tous et ce, peu importe son profil.

Tu sais dans les arts martiaux il y a un esprit familial, c'est un groupe tout le monde est, tout le monde est au même piédestal parce que tu vas voir dans un cours de groupe, on est habillé tous en sport, dans ce groupe-là il peut y avoir un policier, il peut y avoir un avocat, il peut y avoir un qui est mécanicien, un qui est sur l'aide sociale. Il peut y avoir un qui a seize ans, un qui a dix-huit, un qui a vingt-cinq, un qui a quarante et un qui a cinquante. Puis, c'est le même respect pour tout le monde. C'est le même respect, c'est le respect de l'individu qui est là (Helsinki).

Pour les jeunes ayant des problèmes d'intégration sociale, le dojo est un espace où ils se retrouvent avec d'autres jeunes partageant une passion commune. Cela permet aux jeunes d'avoir le sentiment d'appartenir à un groupe, ce qu'ils ne ressentent pas à l'extérieur du dojo.

Je pense que c'est vraiment le sentiment d'appartenance, là, surtout que c'est du groupe à proximité. [...] Là, dans ce contexte-là, le cadre qu'on offre, l'ambiance qu'on offre également qui est très jeu, mais très professionnel également, et c'est très amical aussi, c'est très *friendly*, donc je te dirais que de rencontre en rencontre, le monde, ils n'ont pas le choix de se mettre ensemble puis c'est ça, il y a des liens qui se développent (Moscou).

Le groupe de personnes pratiquant un art martial commun est plus qu'un rassemblement d'individus. C'est une unité sociale qui partage un objectif commun et dont les membres s'entraident et se poussent ensemble vers la réalisation de cet objectif. Pour des gens qui vivent de l'exclusion, de la marginalisation et même parfois une certaine violence à l'extérieur, le dojo est un endroit où ils peuvent avoir un répit. Ils se retrouvent avec leurs semblables à partager une activité commune.

Ce qui fait, le groupe lui-même, le groupe, moi j'appelle ça un groupe-dojo, le groupe d'entraînement, si on parle de groupe dans la dynamique de groupe, on parle de, de, de, de personnes qui sont là, qui ont un objectif commun. [...] Dès que je commence à avoir des interactions, et tout le monde essaie de, de s'entraider pour réaliser les objectifs, là on est dans un groupe. Et, à ça c'est très important pour les jeunes, d'avoir un groupe qui pourrait amortir un peu tout ce qui est violence à l'intérieur d'eux-mêmes, tout ce qui est sentiment d'échec des fois à l'école parce qu'ils sont toujours traités de, de jeunes qui ne sont pas bons par exemple (Tokyo).

Pour plusieurs intervenantes et intervenants, l'uniforme est un outil important. C'est l'uniforme qui permet d'effacer momentanément les signes des inégalités existant à l'extérieur du dojo. L'uniforme permet la création du sentiment d'appartenance et crée les conditions dans lesquelles émerge l'entraide.

Parce que l'uniforme c'est quoi en réalité? C'est UNI – FORME, tu te mets dans la forme, et le groupe, pas nécessairement tu te mets dans le groupe parce que tu es obligé, parce que des fois je dis : « vas-y, t'as pas d'uniforme j'ai pas de problème. » Je n'oblige pas tout de suite à le mettre. Mais dès que le jeune met l'uniforme, je vois qu'il essaie d'appartenir au groupe (Tokyo).

L'uniforme aurait aussi pour avantages d'effacer plusieurs des signes apparents d'inégalités sociales, de différence de classe sociale ou de degrés hiérarchiques pouvant exister à l'extérieur du dojo. Avec l'uniforme, tout le monde devient pratiquante ou pratiquant de l'art martial et accepte de partager un objectif commun avec le groupe.

On utilise l'uniforme, même quand ils font muay thaï, et l'uniforme ça a une connotation également éducative, pédagogique parce que avec l'uniforme tout le monde est pareil, il n'y a pas de différence entre gars, fille, je ne sais pas, noir, blanc, ni la race, ni la religion, ni la politique, il y'en a pas. On est habillés pareil, on est tous pareils et on est tous égaux (Rio).

Pour plusieurs intervenantes et intervenants, l'uniforme est aussi le premier pas dans un processus de socialisation. En revêtant l'uniforme, l'élève accepte d'appartenir au groupe, mais elle ou il accepte également ses codes et ses valeurs. C'est le premier pas vers l'acceptation de normes sociales.

C'est le sentiment d'appartenance. Pis par la suite, apprendre les formes, aller vers la gauche quand tout le monde va à gauche, aller vers la droite quand tout le monde va à droite, c'est apprendre à être dans... dans la norme. Dans une société, le dojo lui-même c'est une microsociété. Tu apprends à respecter des normes (Tokyo).

4.3.2 Agir sur la violence grâce aux arts martiaux

La canalisation

À l'extérieur d'une salle d'arts martiaux, la violence, c'est elle qui mène.
À l'intérieur d'une salle d'arts martiaux, c'est nous qui menons la violence (Rio).

L'idée populaire la plus répandue à propos des bénéfices des arts martiaux et des sports de combat est qu'ils permettraient de « canaliser » la violence et l'agressivité, de rediriger une forme d'énergie destructrice vers des comportements jugés plus positifs. Cette idée semble en grande partie partagée par les intervenantes et intervenants rencontrés. D'ailleurs, la majorité d'entre eux parlent directement de la canalisation comme d'un principe d'intervention important pour agir sur la violence. On peut différencier deux types de canalisations dans les descriptions des intervenantes et intervenants : d'une part, la canalisation de l'énergie, qui vise à faire en sorte que la personne agressive investisse ses énergies dans des sports à haute intensité et où la démonstration d'une certaine agressivité est permise afin d'éviter que cette énergie soit mise dans des activités ou des comportements jugés antisociaux ou destructeurs et, d'autre part, la canalisation de l'agressivité ou de la violence, qui vise

plutôt à permettre à la personne qui vit des émotions négatives de différer dans le temps l'expression physique de ces émotions et de déplacer la cible de son agressivité vers un exutoire considéré plus approprié, comme le sac de frappes.

Les sports de combat en général, c'est pour canaliser son énergie, c'est une bonne façon de canaliser son énergie. C'est une bonne façon pour le jeune de connaître ses limites. Il peut se pousser au maximum, c'est un sport où ce qu'il ne sera pas victime et ne fera pas de victime non plus (Helsinki).

Dans le premier cas, on semble vouloir intervenir dans une optique de prévention et d'intervention occupationnelle. La canalisation des énergies vers la pratique sportive éviterait l'adoption de comportements antisociaux, destructeurs ou problématiques chez la personne, généralement une ou un jeune, avec laquelle on intervient. Cette définition semble laisser entendre que la plupart des sports de haute intensité peuvent jouer ce rôle de canalisateur de l'énergie.

Là, t'apprends les bonnes façons de canaliser ton énergie. Prends un *punching bag* pour défouler ta colère au lieu de prendre quelqu'un (Moscou).

Dans le second cas, la canalisation s'effectue auprès de la personne qui vit des émotions négatives afin d'éviter l'expression imminente de comportements destructeurs. Plusieurs personnes rencontrées parlent du même concept en utilisant les termes de « défoulement encadré » et de « défoulement contrôlé ». Dans cette optique, la personne apprend, par les arts martiaux, à ne pas « passer à l'acte » et à utiliser la pratique des arts martiaux afin de faire diminuer l'intensité des émotions négatives en permettant, dans un cadre contrôlé, l'expression de comportements qui seraient jugés agressifs dans un autre contexte. Plusieurs intervenantes et intervenants parlent de l'importance de permettre à la personne de ventiler après le défoulement et de saisir l'opportunité de discussion qui s'offre à eux à ce moment.

Apprendre à communiquer

La communication est un thème récurrent qui revient tout au long des entrevues. Pour plusieurs intervenantes et intervenants, le contrôle des comportements violents par les participantes et participants passe par la communication. Pour Nairobi, la violence vient souvent d'une impuissance ressentie par l'individu qui souffre d'une incapacité à communiquer.

Et donc cette violence-là est tournée en premier lieu envers eux-mêmes beaucoup plus que d'autres choses, ce qui, dans le paradigme en fait de la violence, fait en sorte que ces gens-là deviennent agressifs par impuissance, par non-connaissance de savoir communiquer y'a toute une insécurité qui habite ces jeunes-là, et aussi dans la projection en fait, de la manière dont ils se sentent perçus par autrui (Nairobi).

Pour Tokyo, les arts martiaux donnent la confiance de faire face aux conflits, mais il faut également que la ou le jeune apprenne à s'exprimer verbalement, sans utiliser le physique. Il répète souvent aux jeunes l'importance d'envoyer un message pacifique.

Mais quand il vient dire : « regarde, je peux me défendre, je ne veux pas frapper », ça fait une différence. Ça transmet un message pacifique de quelqu'un qui a la compétence, qui est capable de se défendre. Et c'est ça que je veux transmettre aux jeunes. J'ai toujours dit : « je ne veux pas que tu te montres faible. Je veux que tu te montres fort, tu t'affirmes, mais pas avec ton physique (Tokyo).

Pour les intervenantes et intervenants qui travaillent avec des jeunes à risque de vivre de la violence, l'apprentissage de la communication passe nécessairement par l'affirmation de soi. Moscou enseigne que l'autodéfense ne passe pas toujours nécessairement par la violence physique, mais que le fait de s'affirmer tout en gardant la maîtrise de soi en fait partie.

Comme, justement, quand on fait la partie autodéfense, des situations où il y a tout le concept de si jamais, je ne sais pas moi, il y a quelqu'un qui

t'attaque dans la rue ou qui t'aborde de façon agressive, comment réagir, outre le fait de faire des passes d'autodéfense puis de te défendre, mais juste comment gérer ça émotivement et comment le communiquer avec la personne en restant tout le temps de façon adéquate (Moscou).

Pour plusieurs personnes, le simple fait de savoir qu'ils peuvent utiliser les techniques apprises en cas de problèmes renforce leur confiance en eux-mêmes et leur permet de mieux s'affirmer dans des situations où une personne présente des comportements jugés agressifs.

Je voulais avoir cette confiance-là en moi, de savoir que je peux donner un coup de poing, je peux donner un coup de pied, je suis capable de m'affirmer même si c'est juste verbalement et d'avoir la confiance physique qui transparait (Denver).

Qu'ils pratiquent un art martial depuis longtemps ou qu'ils l'aient découvert tardivement, les intervenantes et intervenants rencontrés ont tous en commun d'avoir pu constater les effets de leur pratique non seulement sur les personnes avec qui elles interviennent, mais également sur eux-mêmes. Cette pratique leur a permis de mieux connaître la violence, et même de l'appivoiser. Cette connaissance de la violence leur a permis de mieux la définir, et d'en faire ressortir certaines formes et expressions. Il a été également possible de faire ressortir les raisons principales qui font des arts martiaux un outil d'intervention privilégié pour travailler sur la violence.

Cette connaissance parle d'une certaine vision du monde des intervenantes et intervenants. C'est à partir de ces éléments que sera analysé le rôle social des interventions nommées et comment celui-ci s'inscrit plus largement dans des processus sociaux.

CHAPITRE 5

DISCUSSION

Ce chapitre présente les réflexions qui émergent à la suite de ce travail de recherche. Pour ce faire, les résultats obtenus par la recherche sont mis en relation avec les écrits des auteurs retenus dans le cadre théorique, le tout ayant pour but de répondre à la question de recherche : comment s'articule le concept de *violence* dans l'univers de sens des intervenantes et intervenants qui utilisent les sports de combat et les arts martiaux comme outil d'intervention psychosociale et communautaire? Le chapitre sera donc divisé en trois sections, chaque section tentant de répondre à un objectif de recherche.

La première section rend compte des différentes visions de la violence dans les énoncés de ces intervenantes et intervenants en mettant nos résultats en relation avec la typologie de la violence établie par Slavoj Zizek (2012). La seconde section expose comment les intervenantes et intervenants donnent sens à la pratique des arts martiaux en contexte d'intervention et à l'intervention en elle-même, à travers une analyse des résultats à la lumière de théories psychanalytiques établies par Bergeret et des travaux de Jacques Pain et du groupe VIRFO (violence, recherche, formation) sur la violence.

Ce chapitre se conclut par une exploration de l'interprétation qu'ont les intervenantes et intervenants du rôle social de leur pratique et des processus sociaux auxquels participent leurs interventions, le tout dans une perspective critique, à l'aide des

travaux de la sociologie clinique et du travail de Brum Schäppi (2011) sur les sociologies implicites des intervenantes et intervenants dans le champ jeunesse au Québec.

5.1 La violence dans les énoncés de ces intervenants

Les discours sur la violence des intervenantes et intervenants donnent tous, d'abord et avant tout, l'importance à la violence interpersonnelle, ou du moins à la violence visible attribuable à un individu ou un groupe. Le fait que l'intention fasse partie des trois critères établis par les participants pour définir la violence parle beaucoup en ce sens. La majorité des intervenantes et intervenants interrogés insistent pour dire que la violence dépend de l'intention de la personne ou du groupe qui commet l'acte violent, ce qui implique donc la nécessité de l'existence d'une forme de subjectivité. À part un intervenant qui parle de réappropriation du potentiel de violence, tous les praticiennes et praticiens interrogés définissent la violence comme étant quelque chose de condamnable et à éviter absolument, et tentent de démontrer que la pratique des arts martiaux ne comporte pas de violence implicite. Dans son livre *Violence : six réflexions transversales*, Zizek affirme au contraire que

[n]ous avons tendance à considérer la criminalité, la terreur, les troubles civils et les conflits internationaux comme les manifestations les plus évidentes de la violence. Pourtant, il serait judicieux de prendre un peu de recul et de nous détacher de l'attraction fascinante qu'exerce sur nous cette violence « subjective », immédiatement visible et exercée par un agent clairement identifiable, afin de mieux observer le contexte qui génère ses manifestations. Car cette prise de recul nous permettrait de découvrir qu'une autre violence irrigue nos efforts mêmes pour la combattre et promouvoir la tolérance (Zizek, 2012, p.7).

Pour les intervenantes et intervenants interrogés, la violence est une forme de situation problématique qui est en rupture avec le quotidien et qui nuit à l'équilibre de la société. La violence est l'anormal dans la normalité. C'est d'ailleurs cette

conception qui sert de motivation à l'intervention chez la majorité des personnes interrogées : s'attaquer à la pathologie sociale que représente la violence.

La violence c'est une pathologie, la violence c'est une maladie psychologique qui affecte les esprits faibles et simples, qui affecte les personnes insécures, les personnes qui ont une anomalie au niveau de la construction de leur personnalité (Rio).

Si l'on convient que la violence est une situation anormale, une déviance sociale qui crée un problème qui sort de l'ordinaire, du quotidien, c'est que la situation ou le geste jugé violent tranche avec la situation dite normale, qui est une situation totalement paisible. Ce serait donc ce fond blanc de degré zéro de violence qui fait en sorte que certains actes brutaux ressortent et viennent trancher si radicalement avec le quotidien. Cette forme de violence, apparente et attribuable à un agent actif, est la violence subjective. Elle peut être commise par le délinquant, la foule enragée ou encore par le biais d'un appareil d'état oppressif, mais le responsable est toujours identifiable.

Est-il seulement possible que ce soit vrai, que la seule violence qui existe est celle qui est attribuable à un agent identifiable et imputable? Est-il possible que certaines violences soient plutôt dues aux institutions, au système en place? Certains intervenantes et intervenants avancent dans ce sens. On reconnaît qu'il peut y avoir des formes de violence attribuables aux systèmes en place. On parle de discrimination, d'exclusion, et de déni de reconnaissance. Deux des personnes rencontrées s'avancent encore plus loin : certaines formes de violence systémique pourraient même être la cause de violences visibles par l'oppression qu'elles créent et le sentiment de révolte qu'elles animent. Ces propos commencent à rejoindre la thèse de Zizek. Pour lui, la violence existe au-delà des gens, groupes ou institutions qui commettent la violence. « La violence n'est pas un accident de nos systèmes, elle en

est la fondation. » Selon lui, la violence systémique serait à la base même de notre société.

[L]a nature même de la violence objective est justement d'être inhérente à cet environnement « normal ». La violence objective est invisible, puisqu'elle irrigue le contexte de violence zéro nous permettant de ressentir la violence subjective d'un fait. [...] Phénomène invisible, donc, mais que l'on ne saurait ignorer si l'on cherche à comprendre la violence subjective et ses explosions prétendument « irrationnelles » (Zizek, 2012, p.8-9).

Cette violence invisible, que Zizek appelle objective, est non seulement existante et attribuable au fonctionnement du système plus qu'aux individus qui le composent, mais est la cause des explosions de violence subjective. Lorsque Nairobi, l'un des participants à la recherche, parle de système qui crée de la violence en créant des injustices et des dénis de reconnaissance, il ne parle évidemment pas d'une violence agie, mais plutôt de la violence implicite d'un système.

C'est en cela que réside la violence systémique fondamentale du capitalisme, bien plus mystérieuse que toute autre forme de violence socio-idéologique et précapitaliste directe : cette violence-là n'est plus imputable aux vrais individus et à leur « malveillance »; elle est purement « objective », c'est-à-dire systémique et anonyme (Zizek, 2012, p. 24).

C'est aussi cette violence objective qui permet d'expliquer les gestes brutaux commis, qui, pour Zizek, sont la plupart du temps des passages à l'acte, au sens lacanien du terme : des explosions impulsives face à une mise en contact avec la réalité que l'on doit fuir, car fondamentalement violente.

La question de la violence systémique, telle qu'établie par Zizek, a été abordée rapidement par quelques intervenantes et intervenants, mais rarement lorsque questionnés directement sur la question. La question des inégalités sociales entre autres, a été évoquée par quelques personnes, inégalités qui seraient vécues par

certaines participantes et certains participants et qui auraient pour effet de limiter l'accessibilité à la pratique martiale. Mais ce qui ressort surtout, c'est l'absence de discours conscient sur la violence systémique, ou sur une violence n'impliquant pas d'agentivité, chez la moitié des intervenantes et intervenants.

Chez l'autre moitié des personnes rencontrées, il semble exister une prise de conscience de ce que Zizek appelle la violence symbolique. Le terme est d'ailleurs utilisé à quelques reprises, et de nombreux exemples apparaissent dans le discours des intervenantes et intervenants. La violence raciste portée par le langage est l'un des thèmes les plus souvent nommés. Une prise de conscience de la violence symbolique et de l'exclusion que peuvent vivre les personnes racisées semble exister chez la plupart des intervenantes et intervenants, qui donnent en exemple les difficultés d'intégration, la mauvaise utilisation du nom de la personne ou la non-acceptation du port du voile comme étant des exemples de violence symbolique.

Un des intervenants parle également de la violence symbolique que le machisme fait subir aux personnes opprimées par le genre en les invalidant dans le milieu des arts martiaux. Mais plus significatif encore que ces énonciations, une des manifestations les plus apparentes de ce que Zizek appelle la « violence symbolique » se trouve dans les nombreux exemples que les intervenantes et intervenants donnent de la violence dite verbale. Selon Zizek, « la violence verbale constitue non pas une distorsion dérivée, mais bien le ressort ultime de toute forme de violence spécifiquement humaine » (Zizek, 2012, p 93), car le langage impose une symbolisation, en attribuant à l'objet qu'elle définit une essence contextualisée, par un phénomène que Zizek appelle essentialisation. Lorsque quelqu'un construit, par le biais de la parole, une image/figure de l'autre, il l'essentialise, lui attribuant une symbolique qui le surdétermine et affecte l'image que l'individu a de lui-même. Le langage a une efficacité performative : en créant une figure symbolique de l'autre, on affecte le sujet

interprété dans son identité sociosymbolique, ce qui détermine son être et son existence sociale.

Prenons l'exemple de Tokyo, qui parle de la violence présente dans le discours des enseignantes et enseignants d'arts martiaux qui utilisent une image viriliste et brutale de l'homme et du champion sensé casser, frapper, tuer. En utilisant une symbolique semblable, ces personnes construisent non seulement une interprétation symbolique de l'homme et du champion, mais affectent directement l'identité sociosymbolique des pratiquantes et pratiquants qui s'identifient à ces appellations. Dans le cas de la violence machiste subie par les pratiquantes et pratiquants des projets de Denver, l'effet est double. D'une part, les combattants homme cisgenre tendent à se construire une image des femmes et des personnes issues de la diversité sexuelle ou de genre comme étant trop faibles pour encaisser les heurts qu'implique la pratique des sports de combat, ce qui les amène à avoir deux types de réactions : soit de frapper trop doucement, privant alors leur partenaire d'une expérience de combat réaliste, soit de frapper trop durement afin de tenter de l'exclure d'une pratique qu'on juge trop exigeante. D'autre part, la symbolique de faiblesse portée par cette figure/image de la non-masculinité affecte la personne vivant une oppression du genre dans la vision qu'elle a d'elle-même, ce qui peut l'amener à se croire incapable de se défendre seule.

Un autre exemple de la présence de violence symbolique autour du milieu des arts martiaux et des sports de combat se trouve dans la manière dont les observateurs, observatrices des combats parlent et agissent. Comme le dit Helsinki, la violence du combat se trouve moins dans le ring que dans l'image/figure que la foule observante se fait du combat, et dans ses appels sanguinaires sans équivoque. Tokyo parle également de cette violence, et prend bien soin de rappeler que cette violence symbolique est portée par plusieurs franges de la société : même les intellectuelles et intellectuels perdent leur civisme devant un combat. Ce n'est pas tant dans la réalité du combat que se trouve la violence, mais dans sa symbolisation : la violence du

combat se trouve beaucoup plus dans sa dimension fantasmatique, laquelle prend sens par le biais du langage.

Un autre aspect intéressant nommé par certaines intervenantes et intervenants est celui de la violence de l'exclusion et de la discrimination. Les freins à la participation sociale des personnes en situation de handicap, des personnes racisées ou des personnes vivant une oppression par le genre passent souvent par la symbolique portée par le langage. Les commentaires sur la capacité de l'un ou de l'une à réussir un exercice physique, les blagues et les sobriquets entendus par rapport au nom d'une personne ou à son apparence physique, toute cette violence symbolique, qui peut paraître anodine pour la personne qui la porte, peut constituer un frein important à la participation sociale des personnes visées. Lorsque cette violence est perpétuée par le système ou prend sa place dans le discours social hégémonique, elle représente comme le disait Nairobi, un déni de reconnaissance important qui peut mener à une lutte pour la reconnaissance, ou, dans le cas où les individus opprimés se trouvent dans une position d'impuissance et de désespoir, cette oppression symbolique peut mener à des explosions de violence subjectives de leur part. Pour Zizek, il s'agit d'une forme de passage à l'acte au sens lacanien, c'est-à-dire un acte spontané, irréfléchi, une réaction immédiate à un cul-de-sac. Face à une impossibilité de symboliser ce qui se passe et face à une confrontation de ce qu'il est face à l'autre, l'individu passe à l'acte, c'est une victoire de la pulsion de mort. Zizek nomme les émeutes des banlieues françaises comme exemple de passage à l'acte d'une communauté entière. Face à l'absence totale de perspective positive et à un déni de reconnaissance de la part de la république, les jeunes des banlieues s'adonnent à une destruction spontanée, sans porter ni de message, ni de revendications. Pure expression de violence subjective spontanée et non dirigée, cet événement est pour Zizek l'exemple même de l'expression d'une violence qui n'a aucune autre cause que la violence symbolique subie par ces populations.

Les concepts mêmes de violence symbolique et systémique entrent en contradiction avec le consensus des intervenantes et intervenants rencontrés selon lequel la violence dépend de l'intention. S'il est vrai qu'elle en dépend, alors la violence doit être attribuable à un individu, un groupe ou une entité agissante. Cela signifie aussi que des gestes agressifs, comme les gestes de réaction d'autodéfense face à une agression, ne constituent pas une violence. Cette affirmation implique donc qu'il existe une bonne et une mauvaise violence. Mais comment identifier la violence dans le cas où deux personnes posant des gestes agressifs sont toutes deux convaincues d'agir en situation d'autodéfense? Ou lorsque deux états en guerre prétendent simplement défendre leurs frontières face à l'agression du pays voisin? Bien sûr, cette vision de l'intervention implique une posture morale de la part des intervenantes et intervenants, qui se servent des philosophies et valeurs des arts martiaux pour établir un cadre moral à partir duquel intervenir, cadre moral qu'ils tentent de transmettre aux pratiquantes et pratiquants. Il est d'ailleurs possible d'émettre l'hypothèse que ce discours sur l'intention derrière la violence par les intervenantes et intervenants vient plutôt d'une intériorisation due à la répétition d'un discours s'adressant aux pratiquantes et pratiquants plus qu'à une réelle analyse de la violence. Cette position de l'intentionnalité de la violence semble difficile à défendre : il est probable que le but recherché par ce discours soit d'amener la pratiquante ou le pratiquant à réfléchir sur ses propres intentions et motivations à l'action.

Le seul intervenant à s'inscrire en faux face à ce discours est Denver. Pour lui, la violence est indépendante de la volonté. Plus encore, il parle de « droit à la violence », du droit qu'ont certaines personnes qui se sont vu refuser de manière symbolique, à cause de leur identité ou de leur expression de genre, la pratique et la maîtrise des gestes violents. Il invite donc les personnes vivant une oppression de genre à revendiquer leur droit à la violence. Cette vision se rapproche de celle de McCaughey (1998), qui dit que l'autodéfense féministe pratique et célèbre le potentiel de violence des femmes, un potentiel qui leur a été nié par la culture. Le discours

social sur le genre a un effet performatif, il forme une description de ce qu'est la féminité, et détermine par le fait même le corps des femmes. Ainsi, les femmes incarnent dans leur corps ces stéréotypes sexuels, c'est le phénomène de l'incorporation sexuée (Butler, 1990 dans McCaughey, 1998). Cette intériorisation des stéréotypes nuit au développement des compétences d'autodéfense des femmes, qui ne sont pas habituées à penser leur corps en tant qu'instrument d'action, et à le voir beaucoup plus comme objet de violence, alors que la violence et l'agression sont des composantes de la masculinité vue dans le discours féministe comme indésirables, oppressives et masculinistes. Or, plutôt que de rejeter ces composantes, McCaughey (1998) propose plutôt la réappropriation par les femmes de la violence par la pratique de l'autodéfense féministe, des arts martiaux et du maniement des armes; elle propose de déconstruire la féminité en incorporant de nouveaux gestes, en intégrant un schème corporel de combat. Comme Denver, qui dit que la prise de conscience de la capacité à créer des violences amène un empowerment chez les personnes qui vivent une oppression de genre, McCaughey (1998) avance que l'apprentissage du potentiel de violence permet aux femmes de rejeter la notion socialement construite de la féminité douce et permet aux femmes d'adopter des comportements et d'incorporer une identité combattante tout en prenant conscience de sa situation politique.

5.2 La pratique des arts martiaux en contexte d'intervention

Comme il a été vu dans le chapitre précédent, les intervenantes et intervenants trouvent un sens à l'intervention par les arts martiaux, entre autres par le processus de canalisation, qui se déploie de deux façons distinctes : d'une part, il permet à la personne d'investir son énergie vitale dans une activité afin d'éviter de développer des comportements agressifs; d'autre part, il permet à la personne de contrôler sa colère et d'en différer l'expression, pour la rediriger dans la pratique des sports de combat. Le

psychanalyste français Jean Bergeret (1996) nomme cette énergie à canaliser « violence fondamentale ».

Je qualifie la violence dont je parle de « fondamentale », car je pense qu'elle touche aux fondations (au sens architectural et étymologique : *fundamentum*) de toute structure de la personnalité, quelle que puisse être cette structure. [...] Il ne s'agit pas du tout ici d'une violence sexuelle, mais des fondements d'une véritable lutte pour la vie. [...] La violence dont il est question ici correspond donc étymologiquement (c'est-à-dire dans la langue fondamentale de l'inconscient collectif de notre culture) à une force vitale présente dès l'origine de la vie (Bergeret, 1996, p. 5).

Dans le cas de la canalisation de l'énergie, les arts martiaux et les sports de combat permettent à l'individu de transformer la violence fondamentale en une source d'énergie permanente qui se convertit en énergie créatrice, en compétitivité et en force de travail. Bergeret (1996) dit également que :

[c]ette violence n'est pas à confondre avec l'agressivité, qui est selon lui l'expression de la première. La violence naturelle ne se transforme en agressivité que dans les cas où le sujet s'estime (vraiment ou à tort) agressé (Bergeret, 1996, p. IX).

Pour ce qui est de la canalisation de l'agressivité telle que décrite par les intervenantes et intervenants, le phénomène pourrait plutôt être décrit comme une répression temporaire de l'expression agressive de la violence fondamentale qui permettrait à l'individu de ne pas agir immédiatement son agressivité, pour en différer l'expression dans un moment jugé opportun. Bien que cette technique de canalisation soit utile, elle n'est pas, selon Bergeret, une solution face à ces accès d'agressivité.

Penser réduire par la seule répression les méfaits, individuels ou collectifs, d'une agressivité, devenue fâcheusement matérialisée, constitue une erreur stratégique grave qui risque d'intensifier les réactions agressives. Si la répression devient parfois inévitable, il demeure surtout nécessaire, pour prévenir nombre de débordements, de se pencher sans

attendre sur les causes affectives ou objectives d'un sentiment d'injuste contrainte (Bergeret, 1996, p. XII).

Si la canalisation de la violence permet de différer l'expression de l'agressivité, et ainsi d'éviter des situations de crise à court terme, rien n'indique que cette méthode réglerait les problèmes d'agressivité de l'individu à plus long terme. Selon Bergeret, il faut que les intervenantes et intervenants qui sont placés en position d'actrices et acteurs pour prévenir les débordements puissent non seulement apprendre à la personne à différer son agressivité, mais « que l'exclusivité des dispositions prises en face de délicates situations relationnelles du moment ne soit pas accordée à la répression de débordements agressifs déjà matérialisés » (Bergeret, 1996, p. XII). Il suggère, comme solution, que la canalisation de l'énergie vers des activités sportives, comme il a été vu plus tôt, pourrait avoir pour effet de prévenir ces débordements, en tant que « prévention primaire visant à développer d'heureux investissements de la violence naturelle chez des sujets, ou des groupes, que nous aurions surtout avantage à considérer comme se sentant narcissiquement blessés » (Bergeret, 1996, p. XII).

La quasi-totalité des intervenantes et intervenants rencontrés semble accorder aux arts martiaux certaines vertus intrinsèques comme outil de socialisation et d'apprentissage de comportements prosociaux. Or, la nécessité de l'intervention d'une personne actrice pour aider la personne à apprendre à différer son agressivité et investir ses énergies dans des activités constructives signifie que, contrairement au discours populaire et à ce que plusieurs intervenantes et intervenants semblent penser, les arts martiaux et sports de combat ne seraient pas intrinsèquement porteurs de vertus de contrôle de soi. Cette affirmation semble confirmée par plusieurs études, qui avancent même qu'un apprentissage basé uniquement sur la technique augmenterait même les risques de conduites agressives (Nosanchuck, 1981; Trulson, 1986 dans Hébert, 2011). S'il peut constituer un outil intéressant pour l'intervention auprès de populations à risque, l'enseignement des arts martiaux et sports de combat doit être

fait de manière à pouvoir permettre à la personne pratiquante de développer les capacités d'autocontrôle de l'individu. Pour ce faire, les intervenantes et intervenants doivent intégrer dans leurs activités des discussions et des animations permettant clairement à la participante ou au participant de faire des liens entre les valeurs et les conduites sportives et leur application dans la vie quotidienne (Hébert, 2003, 2016). À cet égard, toutes les personnes rencontrées inséraient des périodes de discussion et des capsules d'intervention dans leurs activités, en plus de donner l'espace à l'affirmation individuelle des participantes et participants et en tentant d'être eux-mêmes des modèles de conduite pacifique. Il pourrait être possible que l'attribution quasi unanime d'effets bénéfiques intrinsèques à la pratique des arts martiaux par les intervenantes et intervenants soit due en partie aux bonnes pratiques d'accompagnement qu'ils décrivent.

Si les arts martiaux et les sports de combat n'amènent pas automatiquement les pratiquantes et pratiquants à développer des valeurs prosociales, ces disciplines peuvent cependant constituer un outil fort intéressant pour intervenir sur la violence, de par le lien implicite de la nature de ces disciplines. Toutes les disciplines sportives peuvent prétendre aider à canaliser l'agressivité. Les sports sont, après tout, des expressions de violence ritualisée, une mise en scène de la guerre, un affrontement dont le but est la victoire sur l'adversaire. Cependant, les sports de combat et les arts martiaux ont cette spécificité qu'ils se rapprochent au plus près de cette violence. Comme le disent si bien Caouette, Vésin et Masciotra (2011) :

Sauf dans les sports de combat et dans les arts martiaux, les gestes rituels ne constituent pas des techniques de combat directement applicables dans la vie réelle et en particulier dans les situations de violence physique. Le degré de ritualisation de ces sports, c'est-à-dire la distance entre les gestes particuliers du sport avec la vie réelle détermine l'intensité des réactions de l'organisme face à un stress qui peut être interprété comme une agression dans la vie quotidienne (Caouette, Vésin et Masciotra, 2011, p. 160-161).

Les arts martiaux et les sports de combat ont cette particularité qu'ils font vivre à ses pratiquantes et pratiquants le scénario d'une situation d'agression telle qu'elle pourrait être vécue dans la vie quotidienne. Comme le disait Moscou : « quand tu te fais étrangler la première fois, ça fait ressortir veut, veut pas, des choses même si on a pas nécessairement de vécu lié à des agressions, mais de le vivre, dire oh mon dieu! C'est vraiment ça! » Le réalisme de cette mise en scène entraîne une prise de conscience de sa propre vulnérabilité et de celle de l'autre. Cette prise de conscience permet à la personne en posture d'intervention d'agir sur le rapport à l'autre, car elle entraîne nécessairement une prise en compte de l'autre, autant dans le danger qu'il peut représenter que dans la responsabilité face à lui. Cette reconnaissance mutuelle implicite du danger que peut représenter le ou la partenaire d'interaction appelle nécessairement à la construction minimale d'un lien de confiance. L'autre peut pratiquer sa technique, car je sais qu'il s'agit d'une mise en scène.

Dans les arts martiaux et les sports de combat, la défaite a une signification particulièrement puissante, car si dans le combat simulé, la défaite est déterminée par un ensemble de règles, sur le champ de bataille, cette défaite signifie la mort. Le « maitta » ou double tape du judo, du jujutsu et du jiu-jitsu brésilien représentent une reconnaissance que l'adversaire est en position de nous infliger une blessure grave ou pire encore, une mort imminente. Cette proximité avec la mort et la létalité des techniques enseignées obligent les pratiquantes et pratiquants au plus grand respect des limites des partenaires d'entraînement, et à la confiance.

C'est ce « réglage des rapports interindividuels et intersubjectifs », dans des conditions particulières, qui constitue un système de ritualisation du « jeu de violence », où l'on joue « à faire comme si », mais sans jamais perdre de vue qu'une transgression de ces règles pourrait aboutir à un danger mortel. Il y a bien de la mort contenue dans ces échanges, même si ceux-ci sont « théâtralisés ». Car se battre, ou battre quelqu'un, qu'est-ce d'autre que de viser, et atteindre parfois, sa mort, lorsqu'il n'y a plus rien

qui (re)tient (Beaudry, Dion, Lagrange, Morandi, Pain et Tanvez, 1999, p.113)?

L'omniprésence du danger facilite la création du lien de confiance entre membres du groupe-dojo et avec l'enseignante ou l'enseignant. Cette nécessité de la reconnaissance de l'autre comme être potentiellement dangereux et vulnérable à la fois, fournit également aux personnes en position d'intervention ou d'instruction une occasion particulièrement propice à l'enseignement des bases de la communication non violente. Plus encore, la pratique des arts martiaux et des sports de combat fournit de multiples occasions d'apprendre aux pratiquantes et pratiquants à travailler sur leurs propres limites, à les connaître et à les exprimer. Cette prise de conscience de notre vulnérabilité est nécessairement confrontante, car elle nous oblige à réfléchir à notre propre finitude. C'est aussi là une des particularités des arts martiaux comme outil d'intervention. Elle permet à la personne intervenante de toucher aux réactions fondamentales de l'individu face à la mort.

Les intervenantes et intervenants semblent tous d'accord sur un autre avantage de la pratique des arts martiaux et sports de combat en contexte d'intervention : ils permettent aux pratiquantes et pratiquants de modifier leur rapport au corps. Pain (1999) présente le corps comme le vecteur émotionnel par excellence : « le corps est un montage d'intelligence émotionnelle, animé principalement par une violence foncière qu'il convient d'amener à la conscience pour en faire de l'énergie et de la mentalisation réellement intégrée à la vie » (Pain, 1999, p. 59). Tokyo et Nairobi nomment tous les deux la nécessité de passer par le corps et par le mouvement pour atteindre la psyché. Pour Tokyo, il s'agit de découvrir les impuissances cachées à travers le mouvement. Pour Nairobi, c'est l'investissement dans le mouvement qui permet à l'individu de réfléchir. C'est à la suite de l'acte incarné que la pratiquante ou le pratiquant peut réfléchir à ce qui s'est produit, et c'est par l'acte incarné, volontairement posé, que passe l'apprentissage, l'intégration des codes et des règles.

Pain (1999) semble aussi d'accord que le mouvement, l'investissement tout entier du corps, permet à l'être humain de contrôler et diriger la violence fondamentale qui l'habite. « C'est par des attitudes psychocorporelles déliées [...] que se négocie l'énergie de la violence interne, progressivement libérée de ses microcoagulations d'origine » (Pain, 1999, p. 58).

Le rapport au corps semble aussi fondamental dans l'utilisation des sports de combat que fait Denver avec son groupe. Pour lui, les sports de combat permettent de se réappropriier le corps, de le modifier et de le défendre. Pour lui, il est important que les personnes vivant une oppression de genre sentent que leur corps leur appartient et qu'elles sont capables de le développer comme elle l'entend. Comme il a été vu précédemment, ce discours se retrouve aussi chez des autrices féministes comme McCaughey (1998), pour qui la réappropriation du corps est centrale. Selon McCaughey (1998), les stéréotypes sexuels sont incorporés dans la chair des femmes, et l'autodéfense féministe permet l'apprentissage des gestes de violence réservés traditionnellement aux hommes, ce qui permet à la femme de voir son corps comme outil d'action pouvant servir à se défendre. Mais plus important encore que la capacité de se défendre contre d'éventuelles agressions, l'autodéfense féministe permet à la femme de mener le combat dans son propre corps, ce véritable champ de bataille. Le corps est un territoire que le patriarcat tente d'intégrer et de contrôler, et c'est principalement par l'incorporation sexuée, ou l'intégration dans le corps et dans le mouvement des stéréotypes sexuels que la domination se maintient. En apprenant au corps des gestes de violence qui ne correspondent pas aux stéréotypes véhiculés dans le discours social, l'individu intègre un nouveau schème corporel émancipateur.

5.3 Les rôles et processus sociaux de l'intervention

Il est intéressant de noter que la plupart des intervenantes et intervenants rencontrés travaillent, non pas exclusivement, mais principalement auprès de populations de moins de trente ans. Cette occurrence n'est pas anodine. D'une part, les arts martiaux sont souvent dépeints dans la culture populaire comme un moyen pour donner une certaine discipline à une jeunesse à la recherche de repères. Il n'y a qu'à penser au grand succès de la série de films *Karaté Kid* ainsi qu'à la série télévisée qui en découle, *Cobra Kai*, pour en avoir un exemple frappant. D'autre part, les intervenantes et intervenants interrogés ont eu, dans plusieurs cas, des expériences marquantes lors de l'enseignement des arts martiaux auprès des jeunes, et ont remarqué rapidement l'impact que leurs enseignements avaient sur ces populations. Les jeunes semblent être vus par les personnes rencontrées comme des êtres en formation et le lien avec l'intervenante ou l'intervenant se fait à une époque charnière de leur vie, où ils sont à la fois à la recherche de repères pour leurs orientations futures et débordants d'énergie. C'est probablement ce contexte qui explique l'importance accordée par les personnes rencontrées à la *prévention* des comportements délinquants et violents, alors que la réalité particulière de la jeunesse se prête à des activités de ce type.

Un autre point qui ressort des entretiens, c'est que l'enseignement des arts martiaux, à travers le microcosme de ce que Tokyo appelle le groupe-dojo, permet de socialiser les jeunes et de leur apprendre des comportements et des valeurs à adopter dans la pratique des arts martiaux. Cette fonction de socialisation est un des thèmes récurrents des intervenantes et intervenants. D'autres, comme Nairobi, visent d'abord la transformation de l'individu et l'apprentissage d'aptitudes communicationnelles

dans une optique clinique. Le point commun de ces objectifs d'intervention est la tendance à vouloir travailler spécifiquement sur l'individu, afin que les nouveaux comportements appris puissent se reproduire dans la société, garantissant ainsi aux jeunes le meilleur fonctionnement social possible. Même lorsque les interventions se font sur le groupe, l'objectif reste le développement des compétences des individus le composant. La plupart des intervenantes et intervenants rencontrés voient donc l'objectif de l'intervention comme étant l'intégration de l'individu au système en place. Certaines personnes, comme Helsinki et Oslo, mettent directement l'accent sur l'insertion socioprofessionnelle et l'insertion socioscolaire comme objectif de l'intervention. C'est que la socialisation tout comme le développement de compétences ou l'insertion a pour objectif l'*activation* de l'individu en tant qu'agent actif (ou en formation) dans le marché du travail.

Cette vision fonctionnaliste de l'intervention sociale mise de l'avant dans la majorité des entretiens vient rejoindre les résultats de l'étude de Brum Schäppi (2011) sur les sociologies implicites de l'intervention jeunesse au Québec. Selon l'auteure, la prévention et l'activation sont les deux orientations majeures qui traversent le champ de l'intervention jeunesse aujourd'hui.

Les orientations de prévention et d'activation me semblent aussi influencer fortement les perceptions du social et leurs liens avec la pratique des intervenants. J'ai pu constater que ces orientations, ces idées ou ces principes traversent le discours des intervenants et malgré ce qu'on peut croire d'emblée, il n'y a pas de rapport direct entre milieu d'intervention et orientation préventive ou d'activation (Brum Schäppi, 2011, p. 106).

En se basant sur le travail de Brum Schäppi (2011), qui a établi quatre idéaux-types de sociologies implicites chez les intervenantes et intervenants jeunesse, il est possible d'identifier clairement la présence des quatre idéaux-types chez les personnes rencontrées.

D'abord, la perspective clinique semble trouver une expression chez la majorité des intervenantes et intervenants rencontrés, et semble particulièrement fort chez des intervenants comme Nairobi, mais son importance tient au fait qu'elle est la seule sociologie implicite dont le discours traverse l'ensemble des personnes rencontrées. Selon Brum Schäppi (2011), dans ce paradigme :

[l]e monde social est conçu comme monde d'expériences, où chaque subjectivité vit des expériences qui génèrent des sentiments allant de la souffrance au bonheur. Ainsi, la vie sociale se définit avant tout par le rapport de chacun à soi, à son histoire et à son vécu. Si ce rapport est douloureux, le bien-être en société est compromis. L'intervention aurait ainsi pour fonction d'instaurer une relation d'aide où des rapports intersubjectifs positifs et un soutien humain permettraient la transformation des rapports des individus à eux-mêmes et au monde, dans une visée d'épanouissement (Brum Schäppi, 2011, p. 79).

Probablement à cause de la formation clinique des individus rencontrés, cette perspective semble être présente dans le discours de presque toutes les personnes, mais particulièrement présente chez celles qui utilisent les arts martiaux et les sports de combat comme outil d'intervention individuelle. L'importance accordée à la création du lien de confiance et aux bénéfices qu'entraînent les arts martiaux et sports de combat sur l'établissement d'une relation d'aide participe de ce paradigme. La plupart des notions reliées à l'intervention par le corps, où les intervenantes et intervenants affirment utiliser le corps pour travailler sur la « psyché » ou les « impuissances » des pratiquantes et pratiquants en se basant sur des théories inspirées de la psychanalyse, s'inscrivent également dans ce paradigme.

Ex aequo, par son importance, avec la précédente, la perspective normative est l'une des sociologies implicites les plus communes parmi les personnes rencontrées. Tokyo, Rio, Moscou et Berlin s'inscrivent plutôt fortement dans ce paradigme, bien que Helsinki et Oslo peuvent s'y retrouver aussi. Dans cette sociologie implicite,

[...] la société est conçue comme ensemble de normes et de valeurs partagées socialement et intériorisées par le processus de socialisation au sein d'agencements institutionnels tels que la famille et l'école. L'intervention participerait à ce processus en offrant des cadres ou milieux de vie [...] où les adolescents apprendraient à fonctionner en société et avec les autres. Les dispositifs d'intervention auraient ici pour fonction de combler les espaces dysfonctionnels ou laissés vides dans le parcours de certains jeunes par ces institutions en crise (Brum Schäppi, 2011, p. 79).

Dans nos rencontres, l'idée de fournir aux jeunes un lieu et un groupe d'appartenance revenait souvent. L'apprentissage de la communication, l'apprentissage des règles, le développement d'attitudes prosociales et l'acceptation de normes sociales sont des concepts omniprésents dans le discours des personnes. Les arts martiaux et les sports de combat ont été définis par nos intervenantes et intervenants comme étant des outils particulièrement efficaces pour aider à la socialisation des jeunes. Ils ont nommé comme bénéfiques de l'utilisation des arts martiaux en contexte d'intervention, entre autres, les occasions d'apprentissage des habiletés de communication que la pratique fournit, le développement des habiletés prosociales, l'apprentissage des normes et le développement du sentiment d'appartenance. À ce titre, l'utilisation de l'uniforme par les intervenantes et intervenants entre directement dans ce paradigme : l'uniforme permet, d'une part, le développement d'un sentiment d'appartenance et, d'autre part, l'apprentissage des normes et des codes de la microsociété que constitue le groupe-dojo. Comme le disait Tokyo « Dans une société, le dojo lui-même c'est une microsociété. Tu apprends à respecter des normes. »

La troisième sociologie implicite que l'on retrouve dans le discours des personnes rencontrées est la perspective informationnelle, selon laquelle :

[...] le monde social est conçu en tant que société active. Dominé par le marché du travail, il fonctionnerait selon une logique propre qu'il faut

connaître pour être bien en société. L'intervention a ainsi pour fonction d'informer les individus sur les exigences et contraintes du marché afin qu'ils actualisent leurs choix à travers une insertion réussie (Brum Schäppi, 2011, p. 79).

Deux intervenants, Helsinki et Oslo, se retrouvent plus clairement dans ce paradigme. Selon eux, c'est la persévérance scolaire et l'insertion socioprofessionnelle qui sont les signes d'une intervention réussie.

Le dernier paradigme identifié dans la recherche est également celui qui semble être le moins présent : la perspective systémique.

Cette sociologie implicite conçoit la société comme système ou ensemble de rapports sociaux qui peut être transformé à travers l'expression et la compréhension entre agents. L'intervention aurait ainsi une fonction émancipatrice, ouvrant des espaces de liberté et aidant les individus à sortir de leur position de dominés (Brum Schäppi, 2011, p. 78).

Un intervenant, Denver, se positionne clairement dans une perspective systémique. Selon lui, les arts martiaux et sports de combat sont une manière de travailler à l'empowerment des personnes vivant une oppression de genre. Un autre intervenant, Rio, se positionne dans une approche mixte, en utilisant une approche normative d'intervention, tout en rappelant constamment le contexte structurel qui crée l'exclusion et la discrimination qui affectent les participantes et participants à ses activités.

Cette analyse du discours des intervenantes et intervenants ne serait pas complète si elle ne permettait pas de faire ressortir ce qui est absent de leur discours. Une des premières notions qui brille par son absence est la prise de conscience de la violence symbolique que portent les rapports de pouvoir dans le milieu des arts martiaux et des sports de combat. Bien que certaines mentions ont été faites de la violence qui peut être portée dans le discours ou les agissements de certaines personnes en position

d'enseignement, aucune critique n'a été adressée à la violence symbolique que peut porter de manière inhérente le rapport de pouvoir entre l'institutrice ou l'instituteur et la personne pratiquante. Cette omission est étonnante compte tenu de la structure hiérarchisée des arts martiaux et de la double posture d'autorité que cumulent plusieurs des professionnels rencontrés, d'une part dans leur rôle d'intervention et d'autre part dans celui d'institutrice ou d'instituteur. Même en faisant abstraction du cadre des arts martiaux, la relation d'aide porte une certaine symbolique de domination.

La « relation d'aide » suppose que celui qui aide est dans une position de pouvoir aider et que celui qui est aidé a besoin d'aide. Cela peut paraître évident, mais cette inégalité de position dans la relation permet de penser cette dernière en tant que lieu où des rapports de pouvoir s'actualisent malgré les meilleures intentions (Brum Schäppi, 2011, p. 109-110).

Si des facteurs de discriminations et d'exclusions ont été nommés, on parle peu des effets des inégalités sociales vécues par les pratiquantes et pratiquants. La notion de classe sociale, quant à elle, semble totalement absente du discours des personnes rencontrées dans le cadre de la recherche. Brum Schäppi (2011) remarque également la disparition de la notion de classe sociale dans le discours des intervenantes et intervenants rencontrés. Brum Schäppi (2011) note que

[p]lusieurs intervenants ont utilisé des catégories de sens telles que « famille », « milieu ou quartier défavorisé », ou « culture de l'aide sociale » afin de parler d'une situation ou d'une position sociale particulière, marquée par la « précarité d'emploi » et le « décrochage scolaire ». [...] La notion de classe sociale a ainsi été presque absente du langage des intervenants rencontrés (Brum Schäppi, 2011, p. 98).

La recherche semble non seulement démontrer une disparition de la notion de classe sociale, mais plus encore, une certaine retenue à évoquer les conditions économiques

des personnes pratiquantes. Quelques rares exceptions apparaissent, où l'on fait référence à des « jeunes défavorisés » ou à des « milieux sensiblement défavorisés », mais le contexte dans lequel ces termes apparaissent ne fournit pas de description du milieu en question, ou des conditions socioéconomiques vécues par ces personnes. Les rapports de classe et la violence du système économique semblent ne pas être pris en compte dans l'univers de violence que peuvent vivre les personnes qui participent aux activités. De nombreuses autres oppressions sont pourtant reconnues : on parle de « personnes marginalisées », « opprimées par le genre » « racisées » ou « invisibilisées ». Comme Brum Schäppi (2011), il est pertinent de conclure que l'absence de la notion de classe sociale semble signifier que cette catégorie paraît désuète dans le discours des intervenantes et intervenants, mais plus encore : il semble que la reconnaissance des rapports de pouvoir économiques dans la société ait laissé entièrement sa place à une prise de conscience des oppressions vécues par des individus appartenant à des catégories identitaires diverses et multiples. S'il existe une reconnaissance de l'intersectionnalité de diverses oppressions dans le discours des intervenantes et intervenants, l'oppression économique ne semble plus être considérée comme étant une oppression digne de mention.

CONCLUSION

La présente recherche a permis de faire ressortir quelques points. Sur la violence, un consensus en trois points se dégage : la violence blesse, elle dépend de l'intention et se produit dans l'absence du consentement. Il a été vu que la violence dont parlent les personnes rencontrées est d'abord interpersonnelle, et se présente sous trois formes principales : la violence verbale, la violence physique et la violence psychologique. Pour ce qui est du sens donné par les intervenantes et intervenants à l'intervention par les arts martiaux et les sports de combat, notons que plusieurs particularités de cet outil ressortent. D'abord, les arts martiaux et sports de combat mettent en scène la violence, ce qui permet de mieux l'appivoiser et de travailler sur notre rapport à elle. Elle fournit aussi de nombreuses occasions d'intervention : la vulnérabilité et la proximité que ces pratiques entraînent facilitent la communication et la capacité à établir ses limites, l'authenticité des réactions qu'elle entraîne permet une meilleure connaissance de soi et des autres, l'aspect physique de la discipline permet de passer par le corps pour travailler sur la psyché de l'individu, la culture et les valeurs qu'elle porte permettent d'établir un cadre moral d'intervention et le sentiment d'appartenance qu'il crée facilite la socialisation des individus. Pour agir sur la violence, les arts martiaux et sports de combat permettent de canaliser l'énergie, soit l'investissement de l'énergie dans une activité positive, ou de canaliser la violence, soit de permettre à la personne de différer dans le temps et de déplacer la cible de son agressivité vers un exutoire approprié. Finalement, par le contrôle de soi et la confiance qu'elle apporte, la pratique des arts martiaux permet le développement de capacités de communication chez la personne pratiquante.

La recherche visait à comprendre comment s'articule le concept de violence dans l'univers de sens des intervenantes et intervenants qui utilisent les sports de combat et les arts martiaux comme outil d'intervention psychosociale et communautaire. Ce mémoire a commencé en faisant la recension des écrits scientifiques publiés sur le sujet de l'intervention par les arts martiaux, les sports de combat et les systèmes d'autodéfense, et les idées principales ont été ressorties. Il a été vu comment les arts martiaux enseignés aux jeunes permettent de développer l'empathie, la confiance et des conduites prosociales, si, bien sûr, l'instruction technique s'accompagne d'un encadrement adéquat de la part de l'enseignante ou de l'enseignant. Il a été également vu comment les arts martiaux, les sports de combat et les systèmes d'autodéfense peuvent être des outils d'empowerment pour des populations vivant des oppressions, à partir du mouvement d'autodéfense féministe nord-américain et des exemples de communautés afro-américaines qui se sont servi des arts martiaux comme outils d'autodéfense, d'autodétermination et de développement des communautés. Ensuite, un état des lieux de l'intervention par les arts martiaux à Montréal a été fait. L'établissement de la problématique a mené aux deux conclusions suivantes. Dans un premier temps, deux tendances se dégagent dans l'utilisation des arts martiaux et sports de combat comme outil d'intervention : une tendance visant l'adaptation de la personne à son environnement par la modification de ses comportements, et une autre voyant les arts martiaux et sports de combat comme étant des outils d'empowerment collectif pour des populations considérées comme la cible d'une violence systémique. Dans un second temps, une constante ressort : les arts martiaux et sports de combat sont toujours utilisés pour travailler sur la violence, qu'elle soit subie ou agie.

Dans le second chapitre ont été présentées les théories qui ont été utilisées dans la recherche. D'abord, les bases de la sociologie clinique, qui a servi de base épistémologique, ont été présentées. Puis les travaux sur la sociologie implicite, et plus précisément, les travaux de Paula Brum Schappi (2011) sur la sociologie implicite des intervenantes et intervenants, qui ont servi à l'analyse du discours, ont

été survolés. Ensuite, la typologie de la violence établie par le philosophe slovène Slavoj Žižek (2012) a été présentée, suivie des conceptions de la violence présentes dans les travaux de Bergeret (1996) et de Jacques Pain (1999).

Au total, huit intervenantes et intervenants ont accepté de participer à cette recherche. À l'aide des balises de la sociologie clinique, des entrevues semi-dirigées ont été effectuées, puis la manière dont ces intervenantes et intervenants font référence au social et dont ils parlent d'intervention a été exposée.

Face à la présentation de ces résultats, certaines réflexions ont pu être mises de l'avant. D'abord, si une reconnaissance de la violence symbolique existe, la question de la violence systémique semble moins présente. Des intervenantes et intervenants croient que la violence systémique existe, sous forme de discrimination, de racisme, de sexisme ou d'exclusion, alors que pour d'autres, elle est invisible ou est le résultat de processus psychiques. Face à cette violence systémique, un concept intéressant apparaît, celui du droit à la violence chez des personnes opprimées et pacifiées.

Malgré la reconnaissance majoritaire de formes d'oppression systémique, les interventions nommées vont majoritairement dans des optiques d'intervention fonctionnaliste ou de socialisation visant l'insertion sociale. Or, comme le disait Jacques Hébert, « une insertion sociale réussie demandera que ces jeunes puissent accéder à des espaces de participation citoyenne et des conditions de vie plus décentes » (Hébert, 2016, p.65). L'ouverture de tels espaces et l'amélioration des conditions de vie ne peuvent se faire qu'en apportant des changements structurels à la société dans laquelle on vit. Il serait intéressant à l'avenir de voir la mise sur pied plus intensive d'initiatives d'intervention par les sports de combat et les arts martiaux qui peuvent agir à la fois comme outils de développement individuel et de changement social.

ANNEXE A : SCHÉMA D'ENTREVUE

Date et heure :

Nom de l'interviewé :

Titre :

Parcours et interventions

- Rapidement, quel est votre parcours professionnel?

Arts martiaux

- Quels arts martiaux, sports de combat ou systèmes d'autodéfense (AM/ SC/ SAD) pratiquez-vous? Depuis combien de temps?
- Qu'est-ce qui vous a amené à utiliser les AM/ SC/ SAD comme outil d'intervention?
- Quels sont les divers projets dans lesquels vous avez utilisé les AM/ SC/ SAD comme outil?
- Quels sont les objectifs de ces interventions?
- Pourquoi choisir les AM/ SC/ SAD comme outil d'intervention?

Violence

- Quel est le lien entre AM/ SC/ SAD et violence selon vous?
- Pourquoi les AM/ SC/ SAD sont-ils utilisés pour travailler sur la violence?
- Qu'est-ce que la violence pour vous?
- Comment parlez-vous de la violence aux participants de vos activités?

ANNEXE B : CERTIFICAT D'APPROBATION ÉTHIQUE

CERTIFICAT D'APPROBATION ÉTHIQUE

Le Comité d'éthique de la recherche pour les projets étudiants impliquant des êtres humains (CERPE 4: sciences humaines) a examiné le projet de recherche suivant et le juge conforme aux pratiques habituelles ainsi qu'aux normes établies par la *Politique No 54 sur l'éthique de la recherche avec des êtres humains* (Janvier 2016) de l'UQAM.

| | |
|-------------------------|--|
| Titre du projet: | La violence dans l'univers de sens des intervenants utilisant les arts martiaux comme outil d'intervention psychosocial et communautaire |
| Nom de l'étudiant: | Nicolas LACHANCE-BARBEAU |
| Programme d'études: | Maîtrise en travail social (profil avec mémoire) |
| Direction de recherche: | François HUOT |

Modalités d'application

Toute modification au protocole de recherche en cours de même que tout événement ou renseignement pouvant affecter l'intégrité de la recherche doivent être communiqués rapidement au comité.

La suspension ou la cessation du protocole, temporaire ou définitive, doit être communiquée au comité dans les meilleurs délais.

Le présent certificat est valide pour une durée d'un an à partir de la date d'émission. Au terme de ce délai, un rapport d'avancement de projet doit être soumis au comité, en guise de rapport final si le projet est réalisé en moins d'un an, et en guise de rapport annuel pour le projet se poursuivant sur plus d'une année. Dans ce dernier cas, le rapport annuel permettra au comité de se prononcer sur le renouvellement du certificat d'approbation éthique.



Thérèse Bouffard
Présidente du CERPE 4 : Faculté des sciences humaines
Professeure, Département de psychologie

ANNEXE C : FORMULAIRE DE CONSENTEMENT



FORMULAIRE DE CONSENTEMENT

Titre du projet de recherche

La violence dans le discours des intervenants utilisant les arts martiaux et les systèmes d'autodéfense comme outil d'intervention psychosocial et communautaire.

Étudiant-chercheur

Nicolas Lachance-Barbeau

Courriel : lachance-barbeau.nicolas@courrier.uqam.ca

Téléphone : (438) 863-2313

Direction de recherche

François Huot

École de travail social

Courriel : huot.francois@uqam.ca

Téléphone : (514) 987-3000 poste 2636

Préambule

Nous vous demandons de participer à un projet de recherche qui implique de participer à un entretien semi-dirigé d'une durée de une heure qui sera enregistré. Avant d'accepter de participer à ce projet de recherche, veuillez prendre le temps de comprendre et de considérer attentivement les renseignements qui suivent.

Ce formulaire de consentement vous explique le but de cette étude, les procédures, les avantages, les risques et inconvénients, de même que les personnes avec qui communiquer au besoin.

Le présent formulaire de consentement peut contenir des mots que vous ne comprenez pas. Nous vous invitons à poser toutes les questions que vous jugerez utiles.

Description du projet et de ses objectifs

Le but de la recherche est d'explorer les différentes visions du monde des intervenants qui utilisent les arts martiaux, les sports de combat et les systèmes d'autodéfense, notamment leur vision de la violence et de la manière dont leur pratique influe sur celle-ci. Le projet se déroulera sur un an auprès de 8 intervenants de la grande région de Montréal utilisant ce type d'outil d'intervention. Par cette recherche, nous cherchons à présenter un portrait de la vision des intervenants sur ces sujets.

Nature et durée de votre participation

Dans le cadre de cette recherche, le participant sera invité à participer à un seul entretien d'environ une heure avec le chercheur pendant laquelle il pourra se prononcer sur certaines thématiques nommées par le chercheur (la violence, les arts martiaux et/ou l'autodéfense, les objectifs d'intervention en lien avec ces outils, etc.) Cet entretien pourra se dérouler à un endroit choisi par le participant, tant que ce lieu permette l'enregistrement clair de la conversation et le maintien de la confidentialité des propos. Un enregistrement audio de l'entretien sera effectué.

Avantages liés à la participation

Cette recherche permettra un développement du savoir sur les arts martiaux comme outil d'intervention. Cette connaissance accrue sur cet outil pourra ainsi en optimiser l'utilisation, d'une part en alimentant leur réflexion et d'autre part en l'enrichissant de la vision d'autres praticiens. La diffusion des résultats permettra donc une consolidation de leur domaine d'intervention, ainsi qu'une valorisation accrue de leur travail comme intervenant.

Risques liés à la participation

Le principal inconvénient est la durée de la participation à l'entrevue. Pour minimiser cet inconvénient, nous nous assurerons que l'entrevue ne dépasse pas une heure. Le déplacement est aussi un inconvénient. Pour le minimiser, nous laisserons les participants choisir le lieu et le moment de l'entrevue, tant que ce lieu et ce moment permettent de préserver la confidentialité de la discussion. Il existe aussi un risque faible qu'un participant soit identifié à la suite de la diffusion des résultats, car il s'agit d'un petit milieu et que leur discours peut déjà être public. Pour minimiser cet inconvénient, un système de code sera utilisé à la place des noms et le nom des organismes pour lesquels les participants travaillent ne seront pas inscrits.

Confidentialité

Les entrevues seront enregistrées à l'aide d'une enregistreuse numérique et les données seront stockées sur une clé USB encryptée avec un mot de passe. Les enregistrements seront conservés uniquement sur cette clé et seront détruits une fois les entrevues transcrites. Les transcriptions seront également conservées en version numérique sur cette même clé USB et seront conservées pendant 5 ans. Seuls le chercheur et le directeur de recherche auront accès aux transcriptions. Dans le cas où les transcriptions devront être imprimées, elles le seront directement de la clé USB et la version sur support papier sera gardée dans un coffre fort au domicile du chercheur. Les transcriptions papier seront déchetées après usage. Les formulaires de consentement signés seront également conservés dans le coffre-fort.

Participation volontaire et retrait

Votre participation est entièrement libre et volontaire. Vous pouvez refuser d'y participer ou vous retirer en tout temps sans devoir justifier votre décision. Si vous décidez de vous retirer de l'étude, vous n'avez qu'à aviser Nicolas Lachance-Barbeau verbalement; toutes les données vous concernant seront détruites.

Indemnité compensatoire

Aucune indemnité compensatoire n'est prévue.

Des questions sur le projet?

Pour toute question additionnelle sur le projet et sur votre participation, vous pouvez communiquer avec les responsables du projet: Nicolas Lachance-Barbeau, chercheur, à lachance-barbeau.nicolas@courrier.uqam.ca ou par téléphone (438) 863-2313 ou François Huot, Directeur de recherche, à huot.francois@uqam.ca ou par téléphone au (514) 987-3000 poste 2636.

Des questions sur vos droits? Le Comité d'éthique de la recherche pour les projets étudiants impliquant des êtres humains (CERPE) a approuvé le projet de recherche auquel vous allez participer. Pour des informations concernant les responsabilités de l'équipe de recherche au plan de l'éthique de la recherche avec des êtres humains ou pour formuler une plainte, vous pouvez contacter la

coordonnatrice du CERPE 4, Julie Sergent : cerpe4@uqam.ca ou 514-987-3000, poste 3642.

Remerciements

Votre collaboration est essentielle à la réalisation de notre projet et l'équipe de recherche tient à vous en remercier.

Consentement

Je déclare avoir lu et compris le présent projet, la nature et l'ampleur de ma participation, ainsi que les risques et les inconvénients auxquels je m'expose tels que présentés dans le présent formulaire. J'ai eu l'occasion de poser toutes les questions concernant les différents aspects de l'étude et de recevoir des réponses à ma satisfaction.

Je, soussigné(e), accepte volontairement de participer à cette étude. Je peux me retirer en tout temps sans préjudice d'aucune sorte. Je certifie qu'on m'a laissé le temps voulu pour prendre ma décision.

Une copie signée de ce formulaire d'information et de consentement doit m'être remise.

Prénom Nom

Signature

Date

Engagement du chercheur

Je, soussigné(e) certifie

(a) avoir expliqué au signataire les termes du présent formulaire; (b) avoir répondu aux questions qu'il m'a posées à cet égard;

(c) lui avoir clairement indiqué qu'il reste, à tout moment, libre de mettre un terme à sa participation au projet de recherche décrit ci-dessus;

(d) que je lui remettrai une copie signée et datée du présent formulaire.

Prénom Nom

Signature

Date

BIBLIOGRAPHIE

- Aaltonen, E. (2012). Punching like a girl: embodied violence and resistance in the context of women's self-defense. *Journal of International Women's Studies*, 13(2), 51.
- Ali et les princes de la rue. (2015). Consulté le 24 mars 2017. Récupéré de <http://www.princesdelarue.org/>
- Association de développement des arts martiaux adaptés. (2017). *Dojos membres*. Consulté le 24 mars 2017. Récupéré de <http://www.adamacanada.org/Dojos-membres.html>
- Aziz, M. K. (2013). *Etched with Fists: An Analysis of Martial Arts during the Black Power Era* [Mémoire non publié]. Columbia University. Récupéré de *The conscious community* <http://theconsciouscommunity.blogspot.ca/2013/07/martial-arts-during-black-power-era.html>
- Ball, K., et Martin, J. (2012). Self-defense training and traditional martial arts: Influences on self-efficacy and fear related to sexual victimization. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 1(2), 135-144. Récupéré de <http://dx.doi.org/10.1037/a0025745>
- Beaud, J.-P. (2009) L'échantillonnage. Dans Gauthier B. et I. Bourgeois, (dir.) *Recherche sociale. De la problématique à la collecte des données* (p.251-283). 5^e édition. Sainte-Foy : Presses de l'Université du Québec.
- Béland-Sensenstein, K., Drouin-Houle, J. E., Grenier, M., Hoballah, N., Lambert, N., Liang, X., Rousseau, M. Sakr, D. & Vellucci, G. C. (2014). *Guide de Ressources-Organismes offrant des activités sportives aux enfants handicapés dans la grande région de Montréal*. [Guide de ressources]. Université de Montréal. Consulté le 24 mars 2017. Récupéré de <https://papyrus.bib.umontreal.ca/xmlui/bitstream/handle/1866/12159/guide%20de%20ressource%28final%29.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- Bergeret, J. (1996). *La violence fondamentale*. Paris : Dunod.

- Bernard, O. (2008). *Les arts martiaux de la région de Québec : milieux de socialité et groupes de référence identitaire*. (Mémoire de maîtrise). Université Laval. Récupéré de <http://www.theses.ulaval.ca/2008/25584/25584.pdf>
- Bernard, O. (2011). L'utilisation des arts martiaux en tant que médium d'intervention dans un contexte de perturbation et de conflit. Dans J. Hébert (dir.) *Arts martiaux, sports de combat et interventions psychosociales* (p. 35-62). Québec : Presses de l'Université du Québec.
- Bernier, P. (1999, 6 mai) Le double lien martial. Dans J. Pain, (dir.) *La non-violence par la violence*. Table ronde Que faire des arts martiaux et des sports de combat? organisée le jeudi 6 mai 1999 à l'Université Paris X-Nanterre (p. 245-256). Vauchrétien : Matrice. Récupéré de <http://fr.calameo.com/read/0001620583500b144e340>
- Beaudry P., Dion P., Lagrange C., Morandi M., Pain J. et Tanvez G. (1999) Violence, arts martiaux et sports de combat. Dans J. Pain, (dir.) *La non-violence par la violence*. (p. 105-129). Vauchrétien : Matrice. Récupéré de <http://fr.calameo.com/read/0001620583500b144e340>
- Bormans, C et Massat, G. (2005) *Psychologie de la violence*. Levallois-Perret : Studyrama.
- Bourdon, M.-C. (5 mars 2007). « Projet d'éducation à la paix : Les arts martiaux contre la violence » Journal *L'UQAM*, vol. XXXIII, no 12. Consulté le 24 mars 2017. Récupéré de <http://www.uqam.ca/entrevues/2007/e2007-035.htm>
- Brum Schäppi, P. (2011) Regard sur... l'intervention auprès des jeunes : sociologies implicites. Québec : Les Presses de l'Université Laval.
- Burt, I., & Butler, S. K. (2011). Capoeira as a clinical intervention : Addressing adolescent aggression with Brazilian martial arts. *Journal of Multicultural Counseling and Development*, 39(1), 48-57.
- Cahill, A. J., et Hunt, G. (2016). Should Feminists Defend Self-Defense?. *IJFAB: International Journal of Feminist Approaches to Bioethics*, 9(2), 172-182.
- Caouette, M., Vésin, P. et Masciotra D. (2011). Les bénéfiques psychophysiologiques du judo : application thérapeutique en pédopsychiatrie. Dans J. Hébert (dir.) *Arts martiaux, sports de combat et interventions psychosociales* (p. 159-182). Québec : Presses de l'Université du Québec.

- Carrier, V. (2014). Sports de combat et jeunes dits en difficulté : une intervention de travail social de groupe en contexte de milieu de vie. (Essai). Université du Québec à Montréal.
- Casselot, M.-A. (2018). Pour une phénoménologie féministe du doute. *Recherches féministes*, 31 (2), 71–87. <https://doi-org.proxy.bibliotheques.uqam.ca/10.7202/1056242ar>
- Centre Communautaire Laurentien. (2017). *Club de Taekwondo*. Consulté le 24 mars 2017. Récupéré de <http://alrawdah.ca/French/index.php/centre-ccl/activites/club-de-taekwondo.html>
- Centre de prevention des agressions de Montréal. (2014). ACTION : Autodéfense pour femmes et adolescentes. Consulté le 24 mars 2017. Récupéré de <http://www.cpamapc.org/fr/programmes/action-self-defense/>
- Cran des femmes. (2013) *Le Cran des femmes : Ateliers de prévention de la violence et d'autodéfense pour femmes et adolescents*. Consulté le 24 mars 2017. Récupéré de <http://crandesfemmes.wixsite.com/le-cran-des-femmes>
- De Gaulejac, V. (2007) Aux sources de la sociologie clinique. Dans De Gaulejac, V., Hanique F. et P. Roche (dir.) *La sociologie clinique. Enjeux théoriques et méthodologiques* (p. 25-55). Toulouse : Érès.
- De Gaulejac, V. et P. Roche (2007) Introduction. Dans De Gaulejac, V., Hanique F. et P. Roche (dir.) *La sociologie clinique. Enjeux théoriques et méthodologiques* (p. 7-18). Toulouse : Érès.
- De Gaulejac, V. et Hanique F. (2007) Conclusion. Dans De Gaulejac, V., Hanique F. et P. Roche (dir.) *La sociologie clinique. Enjeux théoriques et méthodologiques* (p. 319-326). Toulouse : Érès.
- Dervaux, S. (1999). Les activités de combat, espace de (re)socialisation? Dans J. Pain, (dir.) *La non-violence par la violence*. Vauchrétien : Matrice. Récupéré de <http://fr.calameo.com/read/0001620583500b144e340>
- Doucet, M. C. (2011). Solitude et sociétés contemporaines : une sociologie clinique de l'individu et du rapport à l'autre. PUQ.
- Fédération Québécoise de Boxe Olympique. (s.d.) *Trouver un club*. Consulté le 24 mars 2017. Récupéré de <http://www.fqbo.qc.ca/club.asp>

- Gaudreault, J. (2015). Entre les bonnes intentions et les effets pervers : l'utilisation des sports de combat comme levier d'intervention auprès des jeunes à risque. (Mémoire de maîtrise). Université de Montréal. Récupéré de https://papyrus.bib.umontreal.ca/xmlui/bitstream/handle/1866/11475/Gaudreault_Julie_2014_memoire.pdf
- Guercy, E. (2014). Site de la Fondation Evens Guercy. Consulté le 24 mars 2017. Récupéré de <http://fondationevensguercy.org/>
- Hanique, F. (2007) De la sociologie compréhensive à la sociologie clinique. Dans De Gaulejac, V., Hanique F. et P. Roche (dir.) *La sociologie clinique* (p. 91-113). *Enjeux théoriques et méthodologiques*. Toulouse : Érès.
- Hébert, J. (2003) Travail social et arts martiaux : un jumelage explosif ou prometteur? *Revue Intervention : Travailleurs sociaux, multidisciplinarité et interdisciplinarité*, 118(1), 31-40.
- Hébert, J. (2011a). Introduction. Dans J. Hébert (dir.) *Arts martiaux, sports de combat et interventions psychosociales*. (p. VII à XI). Québec : Presses de l'Université du Québec.
- Hébert, J. (2011b). Le défi d'enseigner les arts martiaux dans une perspective psychosociale. Dans J. Hébert (dir.) *Arts martiaux, sports de combat et interventions psychosociales* (p. 11-33). Québec : Presses de l'Université du Québec.
- Hébert, J. (2016). Sport et travail social auprès de jeunes marginalisés : un regard critique. *Revue Culture et société : Arts martiaux et sports de combat. Quels rapports avec la violence dans nos sociétés?* 38(1), 61-67.
- Hébert, J. et Chamberland, C. (1993). Les arts martiaux comme moyen de prévention chez les jeunes. Montréal : Fédération québécoise de karaté, rapport de recherche.
- Hébert, J., D. Masciotra, A.-M. Beaulieu et M. Loutfi (2010). « Art martial et travail social », *Revue du CREMIS*, 3(3), été 2010.
- Heillig, L. (2014). *Les femmes racontent leurs histoires, l'autodéfense en action*. [Recueil de témoignages] Montréal : Centre de prévention des agressions de Montréal. Consulté le 24 mars 2017. Récupéré de <http://www.cpamapc.org/pdfs/women-tell-their-stories.pdf>

- Hollander, J. A. (2014). Does self-defense training prevent sexual violence against women?. *Violence Against Women*, 20(3), 252-269.
- Inclusion Sport (2020, 9 décembre). Notre mission, nos mandats : Découvrir Inclusion Sport [Publication sur Instagram]. Récupéré de <https://www.instagram.com/p/CIIcwvcBcVq/>
- Inclusion Sport (2021). *Inclusion Sport* [Compte Instagram]. Consulté le 2 janvier 2020. Récupéré de https://www.instagram.com/inclusion_sport/
- Lajeunesse, R. (2011) Les incidences psychosociologiques et éducationnelles de la culture martiale sur le développement identitaire des adeptes martiaux Dans J. Hébert (dir.) *Arts martiaux, sports de combat et interventions psychosociales* (p. 111-132). Québec : Presses de l'Université du Québec.
- Laperrière, A. (2009). L'observation directe. Dans Gauthier B. et I. Bourgeois, (dir.) *Recherche sociale. De la problématique à la collecte des données* (p.311-336). 5^e édition. Sainte-Foy : Presses de l'Université du Québec.
- Liebling, D. E. (2006). Effects of a Self-defense Training Program on Women's Fear of Crime, Avoidant Behavior, Self-efficacy, and General Anxiety. ProQuest.
- Loutfi, M. (2011a). *Le dojo du karaté-do : un espace de socialisation pour un jeune de la rue?* (Mémoire de maîtrise). Université du Québec à Montréal. Consulté le 24 mars 2017. Récupéré de <http://www.archipel.uqam.ca/4636/1/M12015.pdf>
- Loutfi, M. (2011b). *Site web de Loutfi Mohamed*. Consulté le 24 mars 2017. Récupéré de <http://loutfimohamed.com/webhome/>
- Masciotra, D., J. Hébert, M. Loutfi et A.-M. Beaulieu. (2011) Le karaté-do, une voie pour le développement psychosocial d'élèves à défi. Dans J. Hébert (dir.) *Arts martiaux, sports de combat et interventions psychosociales* (p. 225-260). Québec : Presses de l'Université du Québec.
- McCaughey, M. (1998). The fighting spirit: Women's self-defense training and the discourse of sexed embodiment. *Gender & Society*, 12(3), 277-300.
- Michaud, Y. (1999). *La violence*. Paris : PUF.
- Mission Bon-Accueil. (2017). Services aux jeunes. Consulté le 24 mars 2017. Récupéré de <https://missionbonaccueil.com/services/service-aux-jeunes/>

- Nower, J. (2007). Martial Arts & Feminist Awareness: A Plausible Explanation of Origins. *Off Our Backs*, Vol. 37/2, p. 28-31. Récupéré de <http://www.jstor.org/stable/20838810>
- Pagès, M. (2003). La violence politique. Toulouse, France : ERES.
<http://www.cairn.info/la-violence-politique--9782749201184.htm>
- Pain, J. (1999) *La non-violence par la violence*. Vauchrétien : Matrice. Récupéré de <http://fr.calameo.com/read/0001620583500b144e340>
- Pain, J. (1999a). Grande violence et interventions-limite. Dans J. Pain, (dir.) *La non-violence par la violence*. Vauchrétien : Matrice.
<http://fr.calameo.com/read/0001620583500b144e340>
- Pain, J. (1999b). La non-violence par la violence, une voix difficile? Introduction. Dans J. Pain, (dir.) *La non-violence par la violence*. Vauchrétien : Matrice. Récupéré de <http://fr.calameo.com/read/0001620583500b144e340>.
- Pain, J. (1999c). Pour une approche interne de la violence. Dans J. Pain, (dir.) *La non-violence par la violence*. Vauchrétien : Matrice. Récupéré de <http://fr.calameo.com/read/0001620583500b144e340>
- Pain, J. (2004) Violences et violence institutionnelle. La responsabilité de l'institution. Récupéré de <http://fr.calameo.com/read/000162058250d061170eb>
- Pain, J. (2011). Préface. Dans J. Hébert (dir.), *Arts martiaux, sports de combat et interventions psychosociales*. (p. VII à XI). Québec : Presses de l'Université du Québec.
- Pain, J., Barrier, E., et Robin, D. (1997). Violences à l'école. Allemagne, Angleterre, France. Une étude comparative européenne de douze établissements du deuxième degré, Vigneux : Matrice.
- Rhéaume, J. (2007) L'enjeu d'une épistémologie pluraliste. Dans De Gaulejac, V., Hanique F. et P. Roche (dir.) *La sociologie clinique. Enjeux théoriques et méthodologiques* (p. 57-74). Toulouse : Érès.
- Rhéaume, J. et Sévigny, R. (1988). *Sociologie implicite des intervenants en santé mentale*, Montréal : Éditions Saint-Martin

- Roche, P. (2007). La subjectivation. Dans De Gaulejac, V., Hanique F. et P. Roche (dir.) *La sociologie clinique. Enjeux théoriques et méthodologiques* (p. 161-185). Toulouse : Érès.
- Sabourin, P. (2009). L'analyse de contenu. Dans Gauthier B. et I. Bourgeois, (dir.) *Recherche sociale. De la problématique à la collecte des données* (p.415-444). 5^e édition. Sainte-Foy : Presses de l'Université du Québec
- Savoie-Zajc, L. (2009). L'entrevue semi-dirigée. Dans Gauthier B. et I. Bourgeois, (dir.) *Recherche sociale. De la problématique à la collecte des données* (p.337-360). 5^e édition. Sainte-Foy : Presses de l'Université du Québec.
- Searles, P. et R. J. Berger (1987). The Feminist Self-Defense Movement: A Case Study. *Gender and Society*, 1(1), 61-84. Récupéré de <http://www.jstor.org/stable/190087>
- Searles, P. et P. Follansbee. (1^{er} janvier 1984) « Self-Defense for Women: Translating Theory into Practice » *Frontiers: A Journal of Women Studies*, 8(1), p.65-70. Récupéré de <http://www.jstor.org/stable/3346096>
- Sévigny, R. (2009). Sociologie clinique et schizophrénie en Chine post-maoïste : l'expérience de Lu Lu. *Sociologie et sociétés*, 41(1), 125-158.
- Sinclair, J., Sinclair, L., Otieno, E., Mulinge, M., Kapphahn, C., et Golden, N. H. (2013). A self-defense program reduces the incidence of sexual assault in Kenyan adolescent girls. *Journal of Adolescent Health*, 53(3), 374-380.
- Théberge, R. (2011). Le judo comme activité thérapeutique avec le jeune adolescent en difficulté d'apprentissage. Dans J. Hébert (dir.) *Arts martiaux, sports de combat et interventions psychosociales* (p. 275-286). Québec : Presses de l'Université du Québec.
- Thompson, M. E. (2014). Empowering self-defense training. *Violence against women*, 20(3), 351-359.
- Tichit, L., J. Hébert et N. Umuhire (2014). *Évaluation du projet Ali et les princes de la rue*. Rapport de recherche : Ville de Montréal et Ministère de l'emploi et de la solidarité sociale du Québec.
- Tison, M. (13 janvier 2013). « Evens Guercy : un entraîneur d'espoir », *La Presse*, Consulté le 24 mars 2017. Récupéré de <http://www.lapresse.ca/actualites/regional/personnalites-la-presse/201301/11/01-4610528-evens-guercy-un-entraîneur-despoir.php>

- Twemlow, S. W. et Sacco, F. C. (1998). The application of traditional martial arts practice and theory to the treatment of violent adolescents. *Adolescence*, 33(131), 505.
- Twemlow, S. W., Biggs, B. K., Nelson, T. D., Vernberg, E. M. et Fonagy, P. (2008). Effects of participation in a martial arts-based antibullying program in elementary schools. *Psychology in the Schools*, 45(10), 947-959.
- Wright, W. (2006). Keep it in the ring: Using boxing in social group work with high-risk and offender youth to reduce violence. *Social Work with Groups*, 29(2-3), 149-174. Récupéré de http://dx.doi.org/10.1300/J009v29n02_11
- Wyrod, R. (1999). Warriors of the South Side: Race and the Body in the Martial Arts of Black Chicago. *Berkeley Journal of Sociology* 44, 126-150. Berkeley : Regents of the University of California. Récupéré de <http://www.jstor.org/stable/41035549>
- Zanna, O. (2011). Restaurer l'empathie par la pratique de la savate boxe française. Dans J. Hébert (dir.) *Arts martiaux, sports de combat et interventions psychosociales* (p. 287-312). Québec : Presses de l'Université du Québec.
- Zivin, G., Hassan, N. R., DePaula, G. F., et Monti, D. A. (2001). An effective approach to violence prevention: Traditional martial arts in middle school. *Adolescence*, 36(143), 443.
- Žižek, S. (2012). *Violence : six réflexions transversales*. (N. Péronny, trad.). Vauvert : Édition Au Diable Vauvert.