

Les abus sexuels

"Nous sommes tous concernés"

QU'ENTEND-ON PAR ABUS SEXUEL ?

Que vous le sachiez ou non, quelqu'un de votre entourage a un jour été victime d'abus sexuel. Et si vous êtes psy, vous vous apercevrez rapidement que les difficultés d'un certain nombre de personnes trouvent là leur origine. Pour ces hommes et ces femmes meurtris, il y aura toujours un « avant » et un « après » l'abus.

Notre société préfère souvent méconnaître ce problème, en atténuer la gravité, voire le nier totalement. Ou alors, plein de bonne volonté mais aussi d'incompétence, on propose aux victimes des « solutions » qui ne font qu'aggraver le traumatisme subi.

Voilà pourquoi notre site a décidé de publier cet article qui nous a été envoyé par nos correspondants et amis du Québec – Psycho-Ressources

1/UNE CONTRAINTE OU UN CONTACT

Un abus sexuel est toute contrainte (verbale, visuelle ou psychologique) ou tout contact physique, par lesquels une personne se sert d'un enfant, d'un adolescent

ou d'un adulte, en vue d'une stimulation sexuelle, la sienne ou celle d'une tierce personne.

Un contact physique est, certes, plus grave qu'une contrainte verbale. Mais il faut savoir que tout abus constitue une violation du caractère sacré et de l'intégrité de la personne humaine et provoque toujours un traumatisme.

La contrainte verbale désigne : une sollicitation sexuelle directe ; l'usage de termes sexuels ; la séduction subtile ; l'insinuation. Tout cela vis-à-vis d'une personne qui ne désire pas les entendre.

La contrainte visuelle concerne : l'emploi de matériel pornographique ; le regard insistant sur certaines parties du corps ; le fait de se dévêtir, de se montrer nu, ou de pratiquer l'acte sexuel à la vue de quelqu'un. Ici encore, sans que la personne le désire.

La contrainte psychologique désigne : la violation de la frontière entre le relationnel et le sexuel (un intérêt excessif pour la sexualité de son enfant) ou entre le physique et le sexuel (des lavements répétés ; un intérêt trop marqué pour le développement physique d'un adolescent).

Le contact physique peut être : assez grave (baiser, attouchement du corps à travers les vêtements, que ce soit par la force ou non, avec ou sans pression psychologique ou affective), grave (attouchement ou pénétration manuels ; simulation de rapports sexuels, contact génital, tout cela avec ou sans violence physique), ou très grave (viol génital, anal ou oral, obtenu de quelque manière que ce soit, par la force ou non).

2/LA STRATEGIE DE L'ABUSEUR

Un abus n'est pas le fait du hasard de la part de celui qui le commet. Étant un pervers, celui-ci prémédite et organise la relation en attendant le moment où ses fantasmes vicieux lui paraîtront réalisables. La victime ignore bien entendu tout cela.

La stratégie perverse comporte en général quatre étapes :

a. Le développement de l'intimité et du caractère confidentiel, privilégié, de la relation Cette phase, plus ou moins longue (de quelques heures à quelques années), vise à mettre en confiance la future victime qui ne se doute de rien.

b. Une interaction verbale ou un contact physique apparemment "convenable » pour la personne qui va être abusée (confidences de caractère sexuel, caresse des cheveux, embrassade amicale). La personne n'a pas peur, et pour cause : dans 29% des cas, son futur abuseur est un membre de la famille, dans 60% des cas un familier ou un ami. Seuls 11% des abus sont commis par un inconnu.

c. Une interaction sexuelle ou un contact sexuel C'est la phase de l'abus proprement dit. Ici la victime se retrouve dans la même situation qu'un lapin traversant une route de nuit et qui est pris dans les phares d'une voiture : pétrifié, figé, tétanisé, incapable de réagir, il se laisse écraser par la voiture. L'abuseur, lui, est conscient de ce qu'il fait à sa victime.

d. La continuation de l'abus et l'obtention du silence de la victime par la honte, la culpabilisation, les menaces ou les privilèges. Ce silence est rarement rompu. L'abus reste un secret absolu très longtemps, parfois toute la vie. Trois survivantes des sœurs Dionne, les célèbres quintuplées canadiennes, ont attendu l'âge de soixante et un ans pour révéler, dans leur biographie, qu'elles avaient été sexuellement agressées par leur père.

En gardant le silence, la victime se fait, malgré elle, l'alliée de l'abuseur, puisque la seule chose qu'il redoute, c'est d'être dénoncé. Le fait de devenir ainsi, bien involontairement, son alliée, renforce le mépris qu'elle a d'elle-même et sa culpabilité.

Ce sera une des tâches du psy de lui expliquer qu'une personne sexuellement abusée n'est jamais ni coupable ni responsable. Elle ne pouvait pas deviner que les deux premières étapes n'étaient qu'une stratégie de l'abuseur.

Il devra aussi lui dire qu'une personne qui est sous la domination d'un abuseur ne peut s'en sortir qu'en le dénonçant et en révélant ce qu'elle a subi. Or en parler est pour elle très difficile, pour plusieurs raisons.

POURQUOI UNE VICTIME A-T-ELLE TANT DE MAL A PARLER DE CE QU'ELLE A SUBI ?

1/ ELLE MET PARFOIS DU TEMPS POUR REALISER QU'ELLE A ETE ABUSEE

Le temps ne compte pas pour l'inconscient, il s'est comme arrêté pour la victime : c'est souvent l'apparition de symptômes comme la dépression ou des troubles sexuels qui l'incitera à laisser enfin sa souffrance refaire surface et à accepter d'en parler. C'est le premier pas vers la guérison.

Mais parler de ce traumatisme, prendre conscience de cette vérité : « J'ai été abusée », peut être un choc terrible. Le conseiller aura besoin de tact et d'une grande compassion pour laisser la personne découvrir elle-même et à son rythme, l'ampleur du drame qu'elle a vécu. Il comprendra l'extrême répugnance qu'elle éprouve à admettre que son corps et son âme ont été ravagés. Elle aimerait tant oublier, ne jamais avoir vécu cela, qu'elle se réfugiera de temps en temps dans le déni : « Cela n'a pas pu m'arriver. »

La personne sera encouragée à continuer à parler si vous croyez ce qu'elle dit (elle a absolument besoin de sentir qu'on la croit) et si vous évitez certaines phrases destructrices comme :

- Il a juste fait une erreur, comme nous en faisons tous.
- Ce n'est arrivé qu'une fois, après tout.
- Il est temps que vous tourniez la page.
- Ça s'est passé il y a si longtemps

2/ ELLE SE SENT COUPABLE

Dans son for intérieur, sans même le dire ouvertement, la personne pense :

- Est-ce que ce n'était pas un peu de ma faute ?
- Est-ce que je n'aurais pas pu l'éviter ?
- Est-ce que, placé dans ma situation, quelqu'un d'autre aurait réussi à résister, à se débattre, à s'enfuir?

Le psy peut aller au devant des questions qu'elle n'ose pas exprimer en lui demandant :

- Qui détenait le pouvoir (parental, spirituel, moral, organisationnel, physique, psychologique) ?
- Qui était l'adulte ? Le repère social ? Le référent ?
- Qui était l'instigateur, l'organisateur de cet abus ?
- Qui pouvait y mettre fin ?

Il peut lui faire comprendre que sa culpabilité est liée au décalage entre son vécu passé (et les raisons pour lesquelles elle n'a pu empêcher d'être abusée : son jeune âge, son ignorance, sa totale confiance) et son vécu actuel, où elle est plus âgée, moins ignorante, moins naïve et où elle sait se protéger.

Elle se croit coupable parce qu'elle regarde les événements passés avec les yeux de l'adulte avertie qu'elle est aujourd'hui. Or, à l'époque, elle ne possédait pas les protections suffisantes pour empêcher l'abus.

On peut aussi l'aider à différencier le point faible dont s'est servi le pervers, par exemple un besoin de tendresse tout à fait légitime, une confiance aveugle, et le crime qu'il a commis, en profitant de ce besoin légitime d'affection ou de cette confiance, pour assouvir ses désirs immoraux.

Déconnecter ces deux éléments est souvent un moment de vérité et un soulagement pour la personne, qui fait son deuxième pas vers la guérison quand elle ne se sent plus responsable.

Mais le chemin sera encore long jusqu'à la cicatrisation de la blessure. La précipitation et l'impatience sont par conséquent les grands ennemis du conseiller (et du client) dans ce domaine.

3/ PARLER LUI COÛTE CHER

A chaque fois que la personne abusée se replonge dans l'horreur de son passé, elle doit payer un prix très élevé. En essayant d' « oublier » l'abus, de tourner la page, elle avait construit un certain équilibre, par exemple avec ses proches.

Si elle décide de faire éclater la vérité, elle risque de désorganiser cet équilibre factice et de susciter des pressions de ses proches. Il se trouve toujours de faux « bons conseillers » soucieux de leur tranquillité et du qu'en dira-t-on, qui l'accuseront de mentir ou d'exagérer, lui reprocheront de réveiller le passé et l'inciteront à oublier, voire à « pardonner » ; le comble est qu'elle risque même d'être perçue comme responsable de l'abus.

Le psy devra donc la soutenir, l'encourager et assurer sa protection matérielle et psychologique. Il l'aidera à évaluer le prix de la lutte qu'elle devra mener pour sortir du borborygme de l'abus sexuel et à réaliser que son désir de s'en sortir sera souvent contrecarré par ceux qui devraient le plus l'assister : sa famille ou les responsables des institutions.

Il est à noter que lorsque l'abuseur fait partie d'une institution, quelle qu'elle soit, celle-ci décide souvent, par peur du scandale, de le « couvrir » et donc de rester dans le déni de l'abus, plutôt que de reconnaître publiquement l'existence d'un pervers sexuel au sein de l'institution.

Il y a un consensus de réprobation sur la personne qui a le courage de remuer ces choses immondes : qu'elle continue à être comme une morte vivante, ce n'est pas grave. Ce qui est le plus important, c'est qu'elle se taise.

4/ ELLE SOUFFRE DE LA HONTE

Sartre a dit de la honte qu'elle est « l'hémorragie de l'âme ». Un abus sexuel marque la personne au fer rouge, la souille, la pousse à se cacher des autres. La honte est un mélange de peur du rejet et de colère envers l'abuseur, qui n'ose pas s'exprimer.

Le sentiment juste qu'elle devrait éprouver est la colère. Éprouver ce sentiment libérateur l'aidera à sortir de la honte. Il faut parfois du temps pour qu'elle parvienne à exprimer son indignation face à l'injustice qui lui a été faite. Cette expression de la colère pourra se faire soit de manière réelle, face au coupable, soit, si ce n'est pas possible pour sa sécurité personnelle, de manière symbolique. Dans tous les cas, c'est à la victime à en décider.

La honte est liée au regard que la victime porte sur elle-même ; elle se voit comme souillée à vie. C'est son regard qui devra changer. Elle se pansera en changeant sa manière de se penser.

5/ LE MÉPRIS

Se sentant honteuse, la personne abusée a deux solutions : se mépriser elle-même ou mépriser l'abuseur et ceux qui lui ressemblent. Dans les deux cas, le résultat est le même : elle s'autodétruit, car la haine de soi ou la haine de l'autre sont toutes les deux destructrices.

Le mépris d'elle-même peut concerner son corps, sa sexualité, son besoin d'amour, sa pureté, sa confiance.

Ce mépris de soi a quatre fonctions : il atténue sa honte, étouffe ses aspirations à l'intimité et à la tendresse (se mépriser anesthésie le désir), lui donne l'illusion de maîtriser sa souffrance et lui évite de rechercher la guérison de son être.

Lorsque le mépris de soi est très intense, il peut pousser à la boulimie, à la violence contre soi et au suicide ; dans ces trois cas, la personne châtie son propre corps parce qu'il existe et qu'il a des désirs.

5/ LE VERITABLE ENNEMI

Si l'on demande à une personne qui a subi un abus sexuel quel est son ennemi, elle répondra sans doute : « C'est le coupable de l'abus. » Cela semble tellement évident.

La victime a le choix : soit elle combat, en cultivant sa haine envers l'abuseur, en ruminant une vengeance contre lui ; soit elle fuit, en cherchant à oublier, en s'endurcissant pour ne plus souffrir, en se repliant sur elle-même, en devenant insensible, de manière à ne plus ressentir ni émotion ni désir. Mais ces deux solutions sont vaines, car l'ennemi n'est pas l'abuseur. Certes, il représente un problème, mais la bonne nouvelle est qu'il n'est pas le problème majeur. Le véritable adversaire, c'est la détermination de la personne à rester dans sa souffrance, dans sa mort spirituelle et psychique et à refuser de revivre. L'ennemi réside donc, paradoxalement, dans la victime elle-même !

Ce troisième pas vers la guérison est sans doute le plus difficile à franchir. La personne doit comprendre qu'elle a devant elle la vie et la mort, et qu'il n'appartient qu'à elle de rester dans la mort ou de choisir de revivre.

Lorsque le conseiller sent qu'elle a pris la décision de sortir de la pulsion de mort pour entrer dans la pulsion de vie, il aura alors sans doute l'occasion de parler avec elle des trois grands dégâts que l'abus a produits dans sa vie et qui devront être réparés

LES DEGATS PRODUITS PAR L'ABUS SEXUEL

Ces dégâts constituent un torrent tumultueux qui balaie tout dans l'âme, et qui inclut : le sentiment d'impuissance, celui d'avoir été trahi et le sentiment d'ambivalence, ainsi que plusieurs autres symptômes.

1/L E SENTIMENT D'IMPUISSANCE

L'abus sexuel a été imposé à la victime. Qu'il se soit produit une fois ou cent fois, avec ou sans violence, ne change rien au fait qu'elle a été dépossédée de sa liberté de choix.

a. Ce sentiment provient de trois raisons

- Elle n'a pas pu changer sa famille dysfonctionnelle, s'il s'agit d'un inceste. Ses proches ne l'ont pas protégée comme ils auraient dû le faire, sa mère ou sa belle-mère n'a rien vu ou fait semblant de ne rien voir.
- Que l'abus ait été accompagné de violence ou non, qu'il y ait eu douleur physique ou non, la victime n'a pu y échapper, ce qui crée en elle faiblesse, solitude et désespoir. De plus, le coupable se sert de la menace ou de la honte pour la réduire au silence et recommencer en toute impunité, ce qui augmente son impuissance.

- Elle ne parvient pas à mettre un terme à sa souffrance présente. Seule, la décision de se supprimer anesthésierait sa douleur, mais elle ne peut s'y résoudre, alors elle continue à vivre, et à souffrir.

b. Ce sentiment d'impuissance entraîne de graves dommages

- La personne abusée perd l'estime d'elle-même, doute de ses talents et se croit médiocre.
- Elle abandonne tout espoir.
- Elle insensibilise son âme pour ne plus ressentir la rage, la souffrance, le désir ou la joie. Elle enfouit et refoule dans son inconscient les souvenirs horribles de l'agression sexuelle.
- A force de renoncer à sentir la douleur, elle devient comme morte. Elle perd le sentiment d'exister, semble étrangère à son âme et à son histoire.
- Elle perd le discernement concernant les relations humaines, ce qui explique que les victimes d'abus tombent souvent à nouveau sous la coupe d'un pervers, ce qui renforce leur sentiment d'impuissance.

2/ LE SENTIMENT D'AVOIR ETE TRAHI

Beaucoup de gens ignorent le nom des onze autres apôtres, mais connaissent Judas, le traître.

Pourquoi ? Parce que la plupart des gens estiment que rien n'est plus odieux que d'être trahi par quelqu'un qui était censé vous aimer et vous respecter.

La personne abusée se sent trahie non seulement par l'abuseur en qui elle avait confiance, mais aussi par ceux qui, par négligence ou complicité, ne sont pas intervenus pour faire cesser l'abus.

Les conséquences de la trahison sont : une extrême méfiance et la suspicion, surtout à l'égard des personnes les plus aimables ; la perte de l'espoir d'être proche et intime avec autrui et d'être protégée à l'avenir, puisque ceux qui en avaient le pouvoir ne l'ont pas fait ; l'impression que si elle a été trahie, c'est parce qu'elle l'a mérité, du fait d'un défaut dans son corps ou dans son caractère.

3/ LE SENTIMENT D'AMBIVALENCE

Il consiste à ressentir deux émotions contradictoires à la fois. Ici, l'ambivalence gravite autour des sentiments négatifs (honte, souffrance, impuissance) qui ont parfois été simultanément accompagnés du plaisir, qu'il soit relationnel (un compliment), sensuel (une caresse), ou sexuel (le toucher des organes), dans les premières phases de l'abus.

Le fait que le plaisir soit parfois associé à la souffrance entraîne des dommages considérables : la personne se sent responsable d'avoir été abusée, puisqu'elle y a « coopéré » en y prenant plaisir ; le souvenir de l'agression peut revenir lors des rapports conjugaux ; elle ne parvient pas à s'épanouir dans sa sexualité qui est pour elle trop liée à la perversité de l'abuseur ; elle contrôle et même s'interdit le plaisir et donc son désir sexuel.

Le conseiller doit expliquer à la personne qu'elle n'est pas responsable d'avoir éprouvé un certain plaisir, car il est normal qu'elle ait apprécié les paroles et les gestes de « tendresse » de l'abuseur.

C'est la nature qui a donné à l'être humain cette capacité à ressentir du plaisir.

Ce qui n'est pas normal, c'est la perversion de celui qui a prémédité ces attitudes affectueuses pour faire tomber une proie innocente dans son piège. C'est lui le seul responsable.

4/ QUELQUES AUTRES SYMPTOMES

On pensera à un éventuel abus sexuel si le client :

- Souffre de dépressions à répétition.
- Présente des troubles sexuels : manque de désir, dégoût, frigidité, impuissance, crainte ou mépris des hommes ou des femmes, peur de se marier, masturbation compulsive. Chez l'enfant, ce trouble de l'auto-érotisme, ainsi que certaines énurésies, peuvent faire penser à un abus sexuel.
- Se détruit par l'usage abusif d'alcool, de drogue ou de nourriture. L'obésité, en particulier, permet à des jeunes filles ou à des femmes qui ont été violées de se rendre, inconsciemment, moins attirantes et de se protéger ainsi contre une autre agression.
- Souffre de maux de ventre, d'infections gynécologiques à répétition.
- A un style de relation avec les autres très caractéristique : soit il est trop gentil avec tout le monde, soit il est inflexible et arrogant, soit enfin il est superficiel et inconstant.

AIDER LA VICTIME A REVIVRE

Celle-ci devra cesser d'écouter les voix intérieures qui la maintiennent dans la culpabilité et la honte et se mettre à l'écoute de la voix de la vérité, qui la conduira vers la libération.

Elle devra aussi abandonner les voies sans issues que des personnes bien intentionnées mais incompetentes (des aidants « peu aidés » !) lui proposent : nier l'abus, le minimiser, oublier, pardonner au coupable sans que celui-ci se soit sérieusement repenti, tourner la page, cesser de se plaindre, etc.

La voie menant à un mieux-être comprend deux étapes : regarder la réalité en face, et décider de revivre.

1/ REGARDER LA REALITE EN FACE_

La personne devra peu à peu retrouver les souvenirs de l'abus, admettre les dégâts et ressentir les sentiments adéquats.

a. Retrouver les souvenirs de l'abus

La victime préfère souvent les oublier, tant cela la dégoûte ou la terrifie. Ou alors elle les raconte froidement, comme si c'était arrivé à quelqu'un d'autre. Mais ce déni est un obstacle à la guérison. L'abus ne doit pas être gommé, mais nommé.

Avec beaucoup de tact, on l'encouragera à remonter dans le passé, parfois très lointain, car seul un abcès vidé peut cicatriser.

Le retour des souvenirs refoulés se fera progressivement au cours de la psychothérapie. L'inconscient de la personne collabore activement par le moyen de rêves, ou d'images qui lui reviennent à l'esprit. Certains événements font aussi resurgir les traumatismes oubliés, par exemple : une rencontre avec l'abuseur, une grossesse, la ménopause, un autre abus, le fait qu'un de ses enfants atteigne l'âge qu'elle avait lorsqu'elle a été abusée, le fait de se retrouver sur les lieux de l'agression, ou le décès du coupable.

b. Admettre les dégâts

Ce retour pénible dans le passé va lui permettre d'admettre les dures vérités suivantes :

- J'ai été victime d'un ou de plusieurs abus sexuels. C'est un crime contre mon corps et contre mon âme.
- Étant victime, je ne suis en rien responsable de ce crime, quoi que j'aie pu ressentir.
- Suite à ces abus, je souffre de sentiments d'impuissance, de trahison et d'ambivalence.
- Ma souffrance est intense, mais la cicatrisation est possible, si j'admets qu'il y a eu blessure.
- Cette cicatrisation prendra du temps.
- Je ne dois pas recouvrir mon passé d'un voile de secret et de honte ; mais je ne suis pas non plus obligé d'en parler au premier venu.

c. Ressentir les sentiments adéquats

La culpabilité (qui est un sentiment racket très fréquent ici), la honte, le mépris, l'impuissance, la haine, le désespoir, devront peu à peu être remplacés par les sentiments plus adéquats que sont la colère envers l'abuseur et ses complices, et la tristesse face aux dégâts subis. Cette tristesse ne doit pas mener à la mort, au désespoir, mais à la vie, c'est-à-dire à une foi, une espérance et un amour renouvelés.

Le conseiller favorisera l'expression de ces deux sentiments, de manière réelle ou symbolique, mais toujours en toute sécurité, à savoir dans le cadre protégé des séances de relation d'aide.

2/ DECIDER DE REVIVRE

Pourquoi une victime d'abus sexuel devrait-elle décider de revivre, après tout ce qu'elle a souffert et souffre encore ? Tout simplement parce qu'il est meilleur pour elle de choisir la vie et non la mort.

Choisir de revivre signifiera pour elle :

a. Refuser d'être morte

Elle trouve normal de vivre avec un corps et une âme morts ; paradoxalement, cela lui permet de survivre, en ne risquant plus de ressentir la joie ou la douleur.

b. Refuser de se méfier

La victime se méfie tous les êtres humains. Une femme violée, en particulier, voit tout « mâle » comme étant le « mal ». Elle devra apprendre à transformer sa méfiance envers les hommes en vigilance, ce qui est tout différent.

c. Ne plus craindre le plaisir et la passion

Ces deux éléments la ramènent au drame qu'elle a subi, alors elle les fuit. Ce faisant, elle se prive de ces deux dons.

Ayant été victime du désir (pervers, mais désir tout de même) de quelqu'un, elle « jette le bébé avec l'eau du bain », c'est-à-dire qu'en rejetant l'abus qu'elle a subi, elle rejette en même temps tout désir, même le sien.

Elle doit réaliser que ce n'est pas parce que quelqu'un a eu un désir pervers envers elle qu'elle doit désormais renoncer à son propre désir.

d. Oser aimer à nouveau

Elle devra progressivement renoncer à ses attitudes autoprotectrices et à son repli sur elle-même pour goûter à nouveau à la joie d'aimer les autres et de nouer des relations chaleureuses et sûres. Elle quittera sa carapace pour retrouver un cœur tendre, capable de prendre le risque d'aimer ceux qu'elle rencontre. Elle abandonnera ses défenses, ce qui ne veut pas dire qu'elle ne s'entourera pas de protections. Une protection n'est pas une défense.

Elle découvrira alors que, s'il est vrai qu'une ou plusieurs personnes l'ont trahie, la grande majorité des autres sont dignes de confiance.

Jacques et Claire Poujol , Conseillers Conjugaux et Familiaux

(Extrait du livre de Jacques et Claire Poujol : « Manuel de relation d'aide : l'accompagnement spirituel et psychologique », Empreinte Temps Présent, 1998.)

[Ma page Psycho-Ressources](#)

BIBLIOGRAPHIE

Abus sexuel. L'enfant mis à nu, Gijsechem (Van) Hubert, Méridien Psychologie.

La personnalité de l'abuseur sexuel, Gijseghem (Van) Hubert, Méridien Psychologie.

La violence impensable, inceste et maltraitance, Gruyer F., Fadier-Nisse M., Dr Sabourin.

Le viol du silence, Thomas Eva, Aubier.

Le viol, Brownmiller Susan, Stock.

Le viol, Lopez Gérard, Piffaut Gina, Que sais-je ? n° 2753, PUF.

L'enfant violenté, Rouyer M., Drouet, Bayard.

La famille maltraitante, Cirillo S., De Blasio P., ESF, 1992.

Viol à domicile, la loi du silence, Bigourdan Paul, Delachaux Niestlé.

Violence et abus sexuels dans la famille, Perrone R., Nannini M., ESF, 1995.

Violences sexuelles en famille, Chemin, Drouet, Geoffroy, Jezequel, Joly, Erès.

Jacques et Claire Poujol, Conseillers Conjugaux et Familiaux

(Extrait du livre de Jacques et Claire Poujol : « Manuel de relation d'aide : l'accompagnement spirituel et psychologique », Empreinte Temps Présent, 1998.)