LES 4 POSTURES

FAIRE

VIVRE

N NORMOPATHE (spectateur/trice)

Responsable, mais pas coupable

Je suis prisonnier de la norme (perversité douce). Toujours majoritaires (65% d'un groupe en cas d'autorité abusive).

Matrilité — Virilité

#FUITE

SOLIDARITÉ VALEURS INCARNÉES

LOI = RESPECT DE LA NORME DU GROUPE

TRISTESSE (TACT)

CULPABILISE « Et si ça t'arrivait ? Ou (génère courage), à quelqu'un que tu aimes ?

COLÈRE (CON)

SINGULARITÉ UNIVERSELLE

R REBELLE (sentinelle + référent/e)

Conjugue responsabilité et culpabilité

TRISTESSE (TACT)

RÈGLE DES 3 NON : NON je ne me soumets pas, NON je ne fuis pas, NON je n'attaque pas.

J'accepte la différence et j'aime la diversité. Je combats toutes les discriminations.

Toute personne y accède en voyant les 3 autres postures.

DISCRIMINANT/E NORMAL/E

TÉMOINS IMPUISSANTS
Je vois bien, mais je ne sais pas quoi faire.

TÉMOINS FUYANTS
Tant que c'est lui/elle, ce n'est pas moi.

TÉMOINS COMPLICES
S'identifient au harceleur pour avoir une place.

TRIANGLE DE LA RÉPARATION

DISCRIMINÉ/E NORMAL/E

Je transforme la peur en colère et en tristesse, la violence en conflit.

CON-TACT

« Je t'accepte tel que tu es » « Tu es mon héros/héroïne » « Tu as un trésor en toi »

RESPONSABILISE (génère confiance),

Masculin Sensible — Féminin Libre — en Alliance

Obéit à la norme et s'y identifie

Transforme la norme

lien = reconnaissance et acceptation mutuelle de la différence

déni de souffrance

MANIPULATION (sème le doute) (ment éhontément)

VICTIMISATION (crie au complot) (fait passer sa victime pour son bourreau)

Matrivirilité

#PEUR

Abandon

Indifférence

Humiliation

Je me sens coupable, désespéré/e, je souffre, j'ai honte.

Féminin Libre — Masculin Sensible — humiliés

RÉSILIENCE ESTIME DE SOI

COLÈRE (CON)

Utilise la norme

Rejeté/e par la norme

Étiquette N 1
Statut principal N 2
Traitement différent N 3
Dévalorisation intérieure BE 4
5 P Toutes les violences sont possibles
6 R Prise de conscience (TACT)
7 R Colère (CON)
8 BE Prêt à s'en sortir
9 BE Estime de soi retrouvée

TRIANGLE DE L'ABUS (MÉFIANCE)

J'aime faire du mal en toute impunité. Je rejette la différence et je n'ai pas d'empathie. Je dois duper les « normaux » pour exister.

DISCRIMINANT/E ANORMAL/E

3 CONDITIONS :
1 – Je repère une vulnérabilité,
2 – j'en abuse,
3 – j'en jouis.

Ni responsable ni coupable

NARCISSISME (dénigre et rabaisse)

INTIMIDATION (menace, chantage, racket)

DISCRIMINÉ/E ANORMAL/E

SOUMISSION (PARALYSIE)

Coupable, mais pas responsable

P PERVERS/E (harceleur/se)

#ATTAQUE

BE BOUC ÉMISSAIRE (personne isolée) (victime)

AVOIR

DENI DE VIOLENCE

ÊTRE

Modèle et concept = E. Verdier, V. Riot, M. Tchung-Ming