

# Prévention de la violence – Entraînement: Violence sexuelle

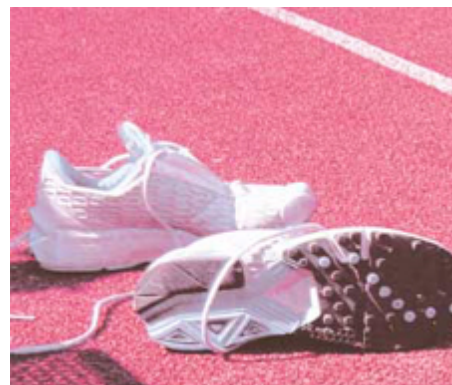
**Dans ce cas de figure, une jeune fille ayant subi des abus sexuels n'est pas en mesure de s'entraîner avec des garçons. Son entraîneur doit adopter le bon comportement pour pouvoir l'intégrer dans le groupe.**

Dans un groupe de judokas mixte comptant des jeunes de 14 ans et des adultes, nous exerçons une technique de défense: la projection de hanche en contre. Une jeune fille, qui s'entraîne avec nous depuis peu, se tient à l'écart lors des exercices.

Je lui demande avec quel partenaire elle désire s'entraîner. Elle choisit deux filles. Bien qu'elle sache attaquer, elle ne parvient pas à maîtriser la technique de défense, somme toute simple, mais qui implique un blocage avec la hanche.

Au changement de partenaire suivant, la jeune fille recule à nouveau, bien qu'un garçon soit libre. Dès que je lui propose de s'entraîner avec ce partenaire masculin, elle se met à pleurer.

Je veille donc, jusqu'à la fin de la leçon, à ce qu'elle trouve une partenaire qui lui convienne. Or, même ainsi, elle ne réussit pas à maîtriser cette technique, faute d'un engagement de la hanche. Je lui demande alors, après l'entraînement ce qui lui pose un problème. Elle m'avoue ne pas aimer s'entraîner avec des hommes.



## Questions

- Quelles conséquences peuvent-être tirées de cette situation, la fille ne voulant visiblement pas s'entraîner avec des garçons?
- Pourquoi accepter ses réponses qui ne correspondent pas forcément à la vérité? Quelle est donc la vraie raison de son blocage?
- Combien de temps faudra-t-il jusqu'à ce que la jeune fille veuille s'entraîner aussi avec des garçons et des hommes?

## Intervention

L'entraîneur doit accepter que la jeune fille ne veuille pas s'entraîner avec des garçons. Aussi longtemps qu'il ignore les vraies raisons de son blocage, il doit lui laisser choisir librement ses partenaires féminines, voire lui accorder une pause à défaut de partenaire idéale. Etant donné que la fille ne s'exprime pas sur les raisons de son blocage, l'entraîneur prend contact avec sa mère.

Il apprend que la fille a été abusée sexuellement par son père. La mère souligne que sa fille aime le judo, raison pour laquelle elle demande à l'entraîneur de ne pas l'obliger à effectuer les exercices avec des garçons.

## Conséquence

L'entraîneur explique qu'il a fallu compter environ une année avant que la jeune fille ne parvienne à surmonter son blocage et à s'entraîner également avec des garçons et des hommes. «Au début, elle s'est limitée aux exercices debout puis, petit à petit, elle est passée aux exercices au sol. Lors de l'examen pour l'obtention de la ceinture bleue, elle a démontré brillamment la technique de défense.»

---



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**