Zeitschrift: Kriminologisches Bulletin = Bulletin de criminologie
Herausgeber: Schweizerische Arbeitsgruppe für Kriminologie
Band: 20 (1994)
Heft: 2

Artikel: De l'utilité d'un cours d'autodéfense pour femmes?
Autor: Plancherel-Spicher, Marianne / Villettaz, Patrice
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1046888

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 12.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

DE L'UTILITÉ D'UN COURS D'AUTODÉFENSE POUR FEMMES?

Marianne PLANCHEREL-SPICHER* et Patrice VILLETTAZ**

Résumé

Vu l'insécurité croissante dans les villes liée entre autres à l'apparition du phénomène drogue, les pouvoirs publics se sont demandé s'il n'était pas judicieux d'organiser des cours d'autodéfense pour femmes, afin de permettre à celles-ci de se sortir de situations inconfortables. Pour cette raison, le Service social de la ville de Zurich organisa, en 1989, un cours d'autodéfense dont le but premier était de faire prendre conscience aux participantes de leur capacité à se défendre contre d'éventuels agresseurs. Dans le cadre de son mémoire de diplôme, la première auteure interviewait par écrit les 62 participantes de ce cours au début ainsi qu'après ce cours. De notre étude, il ressort que l'insécurité est une préoccupation importante. En ce qui concerne les effets du cours, ce dernier semble avoir contribué à réduire de manière significative l'intensité de la peur du crime, ceci notamment parmi les femmes les plus désécurisées. Ce cours a dès lors permis de rendre les participantes plus sûres d'elles-mêmes et de réduire ainsi leur vulnérabilité subjective. Pour vaincre ce sentiment de peur, du moins pour le réduire, un cours d'autodéfense n'est globalement pas inutile, si l'on fait passer la femme du rôle de victime désignée à celui d'une personne capable de réagir de façon adéquate en toutes circonstances autant par ses actes que par ses attitudes. (Réd.)

Zusammenfassung

Angesichts des verbreiteten Unsicherheitsgefühls in den Städten und namentlich unter Frauen sind die Behörden einzelner Gemeinden und Städten dazu übergegangen, Selbstverteidigungskurse für Frauen zu organisieren. Einen derartigen Kurs organisierte 1989 das Sozialamt der Stadt Zürich. Die Erstautorin führte damals zu Beginn wie auch nach Ende dieses Kurses schriftliche Interviews mit den 62 Teilnehmerinnen durch. Die Ergebnisse legen den Schluss nahe, dass der Kurs insgesamt bei der Stichprobe zu mehr Sicherheit und einer signifikanten Reduktion der Angst vor Kriminalität (und der subjektiv wahrgenommenen Verwundbarkeit) geführt hat, und zwar besonders bei den überdurchschnittlich verunsicherten Frauen. Insofern erwies sich des Kurs als erfolgreich. Es könnte dies ein Weg sein, um Frauen aus ihrer kulturell geprägten Opferrolle herauszuführen und ihnen das Gefühl zu vermitteln, bei entsprechendem Verhalten und Einstellung in jeder Lage angemessen reagieren zu können. (Red.)

1. INTRODUCTION

Dans les années 1900 déjà, on incitait les femmes à se défendre contre d'éventuels agresseurs. Près d'un siècle plus tard, la même rengaine apparaît à nouveau. Cette fois, cependant, les pouvoirs publics agissent par la mise sur pied de cours d'autodéfense pour femmes. Est-ce à dire que les femmes craignent le crime plus que les hommes? Si oui, quelles en sont les raisons? Enfin, de tels cours ont-ils un impact sur le sentiment de la peur ou en d'autres termes, est-il judicieux ou non d'organiser des cours d'autodéfense en vue de vaincre le sentiment de peur?

2. DÉFINITIONS DE LA PEUR EN GÉNÉRAL ET DE LA PEUR DU CRIME EN PARTICULIER

La peur se définit comme un sentiment d'inquiétude éprouvé en présence ou à la pensée d'un danger. Elle se traduit extérieurement par des attitudes bien connues telles que le teint blême et pâle, les traits crispés, voire un tremblement. Intérieurement, le sujet a des battements rapides du cœur, une haute pression sanguine, une sécrétion accrue d'adrénaline et une respiration rapide. La réaction à cet indéniable état de stress est souvent spontanée.

La peur comme émotion «élémentaire» est due, selon la psychologie sociale, au fait de ne pas pouvoir maîtriser le risque de subir un incident désagréable pour deux raisons:

- parce que le risque est hautement probable;
- parce que l'individu se sait vulnérable, donc dépourvu de toutes possibilités d'éviter l'atteinte, soit par une réaction appropriée telle que le combat, soit par la fuite.

En ce qui concerne «la peur du crime» – communément associée au «sentiment d'insécurité» – elle se fonde sur la réalité des faits ou sur une simple suspicion, d'où le rôle non négligeable de l'imagination dans sa genèse. La peur d'être victime doit toutefois être différenciée de l'inquiétude, comme l'a bien relevé Furstenberg. En effet, la première se mesure par la perception qu'a un individu de ses propres chances d'être victimisé (insécurité dite subjective), alors que la deuxième est une estimation de l'importance nationale ou locale de l'activité criminelle dévoilant un souci face à un changement social ou à une

insécurité économique (insécurité dite objective). Dans le même sens, Van Dijk et Steinmetz définissent la peur du crime comme un sentiment fortement lié aux représentations de violence physique qu'ils dénomment «composante affective».

Le moment à partir duquel une situation sera perçue comme risque engendrant le sentiment de peur est inhérent à chaque individu et variera en intensité en fonction de facteurs tels que l'âge, la vulnérabilité, la victimisation antérieure directe ou indirecte, l'information fournie par les médias, l'inefficacité des barrières officielles dans la lutte contre toutes les formes de violence. L'interaction de ces divers facteurs influencera donc le sentiment de peur chez chaque individu et il se fixera à un certain niveau que Warr appelle le «seuil de la peur» et, chaque fois que ce seuil est atteint, l'individu ressentira de la peur qui ne pourra être maîtrisée instantanément. Cependant, il faut faire remarquer que ce seuil de la peur peut varier, soit à la hausse, soit à la baisse en fonction de l'environnement ambiant dans lequel vit l'individu. Dans son étude sur la victimisation des Suisses de 15 ans et plus, Killias a relevé que le sentiment de peur variait principalement en fonction du sexe, de l'âge de chaque genre, de la gravité des conséquences probables de l'atteinte et de l'exposition aux risques. Il a constaté que le sentiment de peur chez les hommes était plus bas que chez les femmes, et qu'il variait aussi en fonction de l'âge des personnes interrogées. Dans le même sens, Warr relève aussi que la peur varie en fonction du genre d'atteintes probables et, plus les conséquences physiques de l'atteinte sont perçues comme graves, plus la peur devient grande.

Nous avons relevé que le sentiment de peur était également influencé par l'exposition aux risques et dans ce sens, comme Fattah le dit, le crime serait plus souvent le résultat d'une opportunité s'actualisant quand certaines conditions «intérieures» et «extérieures» à l'auteur sont remplies. Tout d'abord, pour devenir un délinquant, l'individu réduit sa conscience au silence. En effet, socialisé et sachant différencier le bien et le mal, il neutralise sa morale par la désindividualisation, le dénigrement et la dévalorisation de sa «proie». Une antipathie, voire une culpabilité antérieure de la victime potentielle, constituera un alibi parfait pour sa conscience. Ensuite, il choisit ses victimes en fonction de leur vulnérabilité, de leurs attitudes et de la situation ambiante. Le spécialiste distingue volontiers ses proies comme des «cibles appropriées» ou «non appropriées». Pour passer à l'acte, l'auteur doit avoir l'impression que la partie est gagnée d'avance. Ainsi d'après Wilson, les hommes ont trois fois plus de chances d'être attaqués par un homme que par une femme, alors que cette dernière a sept fois plus de chances de se faire agresser par un homme que

par une femme. C'est pour toutes ces raisons que le malfrat agira suivant les circonstances, l'urgence de ses besoins et à l'encontre, si possible, de femmes, de vieux, de minorités ethniques ou de groupes socialement stigmatisés. Ainsi, on pourrait raisonnablement conclure que les personnes précitées sont davantage victimisées que les hommes dans la force de l'âge. Cependant, les faits nous démontrent le contraire: «Ce sont les hommes «actifs» qui sont les plus souvent touchés par le crime, comme le prouve notamment l'étude de Skogan et Maxfield». Les criminologues expliquent ce phénomène par le fait que cette catégorie de personnes est plus souvent dans la rue et à des heures tardives, et donc s'expose plus aux risques de commission du crime. Pour expliquer cette apparente incohérence, certains auteurs allèguent que, pour éviter toute atteinte, les femmes et les aînés, contrairement aux hommes «actifs», réduisent considérablement leur vie sociale. Par contre d'autres, comme Killias et Riger, sont plutôt d'avis que ce comportement provient des contraintes, des obligations sociales ou des coutumes du «life-style»: idée de la femme au foyer et du désintérêt des personnes âgées à sortir le soir.

Cependant, certains auteurs comme Wilson postulent que l'émancipation de la femme devrait entraîner une augmentation de la victimisation féminine. Wilson avance même que le taux de victimisation des femmes s'approcherait, voire même dépasserait celui enregistré pour les victimes masculines dans la force de l'âge. Il est vrai que depuis plusieurs années, la femme s'émancipe, travaille et devient donc de ce fait plus indépendante et plus libre. Elle quitte ainsi le monde de la «Gemeinschaft» – société de face à face, d'interactions réduites – pour rejoindre l'homme dans la «Gesellschaft» – monde de la concurrence, société impersonnelle où existent un grand nombre d'interactions avec des gens que l'on croit connaître et à qui on fait confiance, parfois malheureusement à tort.

Forte de ces nouveaux traits de caractère et désirant le prouver, la femme s'exposera davantage seule en refusant la compagnie de «gardiens» et à des heures plus propices à la commission du crime. Ainsi, l'agresseur qui trouve sur sa route autant de femmes que d'hommes choisira le sexe dit faible:

- car la proie est plus facile, vu la vulnérabilité inhérente au sexe;
- car la femme devenant «l'égale» de l'homme, celle-ci perd tout le respect dont elle jouissait auparavant et qui retenait un tant soit peu l'agresseur.

Un autre facteur qui peut faire varier le sentiment de peur est la victimisation

directe ou indirecte. Zaubermann, se basant sur des travaux de Van Dijk, est d'avis qu'une victimisation directe ne fait pas augmenter le sentiment de peur chez l'individu. Pour les atteintes de peu de gravité, elle avance même que celui-ci diminue du fait que la victime a déjà vécu les conséquences de l'acte. Cependant, Killias et Garofalo sont d'un avis contraire. Dans le même sens, Skogan avait pu constater lors d'une de ses recherches que les personnes directement victimisées ressentaient une plus grande crainte après leur expérience malheureuse.

Dans la même perspective, on peut se demander si une personne qui a «vécu» le crime par le biais d'une connaissance – victimisation indirecte – ou par la confrontation à ce que Hindelang et al. ont appelé «l'incivility», à savoir l'association du risque de victimisation aux signes environnementaux de danger tels que le délabrement des immeubles, le vandalisme ou la drogue, ne voit pas son sentiment de peur s'accroître dans ce contexte. Des études ont montré que la femme, contrairement à l'homme, ressentait une crainte plus élevée, si elle connaissait une victime, ce d'autant plus si cette dernière avait les mêmes caractéristiques socio-démographiques qu'elle et, *a fortiori*, si elle habitait dans le même quartier. On pourrait dès lors penser que la peur ne varierait pas de ville en ville, mais plutôt de quartier en quartier.
Un autre élément qui semble pouvoir influencer le sentiment de peur est l'annonce de crimes faite par les médias qui représentent le seul lien entre la violence et le public. Il est évident que les médias constituent une source essentielle de la connaissance du phénomène criminel, et le public tient pour vraies les informations faisant les gros titres, de sorte que les gens se rendent compte que les agressions se déroulent dans leur propre ville, dans leur propre quartier malgré la présence policière.

3. LA RECHERCHE PROPREMENT DITE

3.1 Explications liminaires

Face au risque de victimisation, que peut-on faire? Dans le monde de la banque ou de la poste, les établissements en question ont introduit des systèmes de protection en vue, d'une part, de réduire considérablement le nombre de réussites de hold-up et de dissuader de potentiels auteurs (Grandjean) et, d'autre part, d'assurer une meilleure sécurité de leurs employés. Dans son étude comparative, Alimam a pu constater que, bien qu'un établissement bancaire ait le même risque d'être victime d'un hold-up qu'un

office postal, les employés postaux ont montré une peur plus grande que les banquiers du fait qu'ils étaient, à l'époque, moins bien protégés que ceux-ci.

Malheureusement dans la rue, nous ne pouvons pas prévoir de telles mesures de protection pour les citoyens et en particulier pour les citoyennes. N'arrivant raisonnablement pas non plus à exiger des femmes qu'elles restent enfermées chez elles, certains auteurs ont pensé doter les femmes «d'une armure» en leur faisant acquérir des automatismes d'autodéfense, ce qui les rendrait moins vulnérables en cas d'agression, et donc plus sûres d'elles-mêmes.

Cette idée n'est pas nouvelle et, déjà en 1975, Cohn et al. ont évalué l'effet d'un cours d'autodéfense prodigué à des jeunes femmes sur leur sentiment de peur. Les résultats obtenus par les chercheurs américains sont assez éloquents. En effet, après un entraînement de treize semaines de «self-défense» à raison de deux cours par semaine, il a pu être établi que les 32 collégiennes de Philadelphie, où se déroulait cette évaluation, se sentaient plus actives, plus braves, plus indépendantes, plus aptes à se défendre et plus en sécurité qu'avant le cours. Pour des jeunes filles interrogées en parallèle et composant le groupe de contrôle – groupe n'ayant pas suivi un cours d'art martial – le sentiment de peur n'avait pas changé significativement durant ces treize semaines, ce qui prouvait que c'était bien le cours lui-même qui avait produit une diminution du sentiment de peur chez les participantes.

Malgré ces résultats encourageants, nous avons néanmoins décidé de mener une telle évaluation en Suisse, car les résultats des recherches américaines dans certains domaines ne sont pas forcément valides en Europe, spécialement dans le domaine du crime où les fréquences de victimisation sont beaucoup plus hautes là-bas que chez nous (Van Dijk et al.). De plus, l'étude américaine touchait une population de jeunes étudiantes du même âge, sans compter que l'échantillon pris en compte était assez restreint, de sorte que les conclusions obtenues ne peuvent être généralisées à la gent féminine.

Suite à de nombreux cas d'agressions et de viols, le Service social de la ville de Zurich a mis sur pied un cours de self-défense en collaboration avec l'association zurichoise de judo et ceci pour la première fois en Suisse. Depuis lors, dans de nombreuses villes, de tels cours ont été proposés à un large public à titre privé ou public. Le cours dispensé à Zurich comprenait dix leçons d'une heure trente minutes chacune et coûtait 25 francs suisses. Ce cours, comme celui dispensé à Philadelphie, s'appliquait surtout à montrer aux participantes comment se détacher d'une prise, quand, où et de quelle manière frapper l'agresseur, que ce soit à mains nues ou à l'aide d'un objet. En outre, une leçon était réservée pour un exposé-discussion sur les problèmes d'agres-

sion et les manières de s'en prévenir, exposé présenté par une inspectrice de police.

3.2 Méthodologie

Initialement, nous avions prévu de suivre la même procédure proposée par Cohn et al. en constituant un groupe-test et un groupe de contrôle. Bien évidemment, les participantes au cours de self-défense allaient constituer notre goupe-test et pour le groupe de contrôle, nous avions trouvé un groupe de femmes désirant pratiquer du fitness. Comme ces deux types de cours débutaient approximativement en même temps, notre intention première était de faire remplir notre questionnaire d'évaluation de la peur par les personnes des deux groupes aux mêmes dates et deux fois, soit au début et à la fin du cours respectif. Malheureusement, par désintérêt de la part du responsable du cours de fitness, nous n'avons pas pu faire remplir une deuxième fois le questionnaire d'évaluation par les personnes de ce groupe. Ainsi, notre travail se résumera uniquement à évaluer le cours d'autodéfense organisé par le Service social de la ville de Zurich.

Théoriquement, nous n'aurions pas dû trouver de différence significative entre le sentiment de peur «*Ante*» et «*Post*» *cours* de fitness, et ceci aurait dû pouvoir nous conforter dans l'idée que les résultats obtenus avec notre groupe-test étaient bel et bien induits par l'effet du cours de self-défense lui-même et non pas par un facteur externe non contrôlé.

Des trois moyens de questionnement utilisés dans les sondages de victimisation, nous avons opté pour le questionnement épistolaire, en vérité plus par obligation que par choix. Sur 62 questionnaires distribués la première fois au groupe-test, 56 ont été remplis, soit un taux de participation de 90.3%, alors que pour les sondages de victimisation effectués en Suisse, le taux de participation moyen oscillait entre 60 et 70%. Toutefois, il est à relever que le taux de participation à l'enquête est légèrement différent suivant que le questionnaire a été rempli sur place ou à domicile. Un tel succès était principalement dû au fait que l'enquêtée était interpellée sur un thème lui tenant à cœur, preuve en est son inscription au cours; ainsi que par la présence d'un enquêteur qui était en l'occurrence une femme. De plus, malgré le fait que nous avions besoin qu'une même personne réponde par deux fois au même questionnaire, ce qui augmentait inévitablement la difficulté de l'exercice, le taux de participation a été globalement très satisfaisant puisqu'il avoisine 79% (49 questionnaires utilisables sur 62).

3.3 Description de notre échantillon[1]

La femme-type à avoir été attirée par ce cours d'autodéfense était âgée de 36 à 50 ans (42.9%), mariée (59.2%), détentrice d'un certificat de capacité (65.3%) et travaillant le plus souvent à temps partiel (44.9%). Toutefois, un élément intéressant est à relever: 16.9% des participantes étaient âgées de plus de 50 ans. Il nous a paru intéressant de décrire les femmes qui s'étaient inscrites à ce cours d'autodéfense – notre échantillon – en rapport avec les données statistiques disponibles pour la population féminine résidant en ville de Zurich. De ces informations démographiques (Statistisches Jahrbuch der Stadt Zürich, 1990), il ressort que:

- du point de vue «**âge**», on constate que seule la catégorie d'âge «20 à 35 ans» est bien représentée par rapport à la population féminine résidante (40.8% *vs* 40.7%). Par contre, les catégories «36 à 50 ans» et «51 à 65 ans» sont respectivement surreprésentées (42.9% *vs* 30.1%) et sous représentées (16.3% *vs* 29.1%) par rapport à la population féminine résidante du même âge;

- du point de vue «**état civil**»: les femmes mariées sont légèrement sur représentées par rapport à la population féminine résidante (59.2% *vs* 53.3%), alors que les célibataires, les divorcées et les veuves sont respectivement quelque peu sous représentées (28.6% *vs* 32.7%) et (12.0% *vs* 14.0%);

- du point de vue «**formation**»: les 2/3 de nos participantes avaient comme niveau de formation un certificat de capacité (apprentissage);

- du point de vue «**activité lucrative**»: plus des 2/3 des participantes exerçaient une activité lucrative à temps partiel ou à plein temps.

Il ressort de nos données que notre échantillon n'est malheureusement pas représentatif de la population féminine résidante de la ville de Zurich âgée de 20 à 65 ans. Ceci résulte bien évidemment du fait que nous n'avons pas procédé à un tirage aléatoire de la population résidante de la ville de Zurich en vue de constituer notre échantillon, puisque la participation au cours était tout à fait volontaire, ceci ne nous pose pas de problème outre-mesure, car le but premier de notre étude était de vérifier quel était l'effet d'un cours de self-défense sur le sentiment de peur parmi les participantes.

3.4 Les raisons de l'inscription au cours et les attentes

Les femmes se sont inscrites à ce cours d'autodéfense principalement pour deux raisons :

- **Premièrement**, parce qu'elles ne se sentaient pas vraiment en sécurité dans la rue. En effet, pour 77.6% des interrogées (38 sur 49), le sentiment d'insécurité est une préoccupation importante, voire même très importante. D'ailleurs 63.3% des interrogées avouent penser souvent, voire toujours à leur sécurité, bien que 71.4% se sentent plutôt, voire même très capables de se défendre; ceci nous indique qu'il n'est pas toujours facile de s'avouer faible et sans recours.

- **Deuxièmement**, d'une part, parce que la presse avait révélé à l'époque de l'enquête de nombreux cas de viol et, pour 85.7% des interrogées (42 sur 49), les médias avaient alimenté leur peur; d'autre part, elles attendaient du cours la possibilité de parler de sujets inquiétants tels que l'agression (25 sur 49, soit 51% des interrogées). Toutefois, 49% des interrogées (24 sur 49) avaient à l'origine le désir de pratiquer simplement un art martial, et ce qui a motivé leur enrôlement était sans doute le prix modique du cours.

Nos résultats attestent, d'une part, que les articles de presse, en particulier sur le viol, ont bel et bien une influence sur le sentiment de crainte éprouvé par les femmes et, d'autre part, que les individus ressentent le besoin de parler de leurs inquiétudes avec les autres.

En ce qui concerne la satisfaction pour ce genre de cours, 59.2% des interrogées (29 sur 49) se disent très satisfaites, 30.6% (15 sur 49) plutôt satisfaites, 6.1% (3 sur 49) plutôt insatisfaites alors que deux participantes ne se prononcent pas. A la question de savoir si elles participeraient à nouveau à un cours d'autodéfense, 30.6% (15 sur 49) répondent par l'affirmative, que ce dernier soit subventionné ou non, dirigé ou non par le même professeur. Toutefois, le taux monterait à 79.6% (39 sur 49) si elles étaient assurées que le professeur et le prix du cours seraient les mêmes. Comme quoi, l'aspect financier et un bon rapport personnel avec l'enseignant sont primordiaux.

3.5 L'évaluation du cours d'autodéfense

3.5.1 La construction d'un indice de la peur

Nous avons en préambule précisé ce qu'on entendait par peur du crime au travers de nombreux aspects et conceptions théoriques existants. Fort de ces connaissances, nous avons postulé que le sentiment de peur après le cours serait moins élevé qu'avant. Pour vérifier ou infirmer une telle hypothèse, nous avons construit un certain nombre «d'indicateurs» opérationnalisant la variable «peur du crime» qui constitue la variable d'intérêt de notre étude. Pour évaluer l'effet du cours d'autodéfense sur la réduction du sentiment de peur, nous avons retenu vingt-six questions qui jouaient le rôle d'indicateurs de la peur et à chacune d'elles, nous avons attribué un score de «1» à «4» en vue de construire un indice de la peur «*Ante cours*» et «*Post cours*». Une note «1» à la question signifiait que la répondante n'avait pas peur, tandis qu'une note «4» voulait dire que cette femme avait très peur. Les notes «2» et «3» correspondaient aux degrés intermédiaires de la peur. Ainsi, en sommant le score obtenu à chacune des vingt-six questions, on obtenait un indice global de la peur pour chaque participante et ceci «avant» et «après» le cours. Notre indice de la peur ainsi construit s'échelonne entre les cotes 26 – «pas peur du tout» (26 questions à 1 point) – et 104 – «très peureuse» (26 questions à 4 points) – en passant par un score moyen de 65. Sur ce continuum du sentiment de la peur, nous avons initialement créé les sept catégories de peur suivantes :

pas peureuse du tout	de 26 points à 37 points
très peu peureuse	de 38 points à 48 points
peu peureuse	de 49 points à 59 points
moyennement peureuse	de 60 points à 70 points
assez peureuse	de 71 points à 81 points
peureuse	de 82 points à 92 points
très peureuse	de 93 points à 104 points.

3.5.2 L'effet global moyen du cours

Avant le cours (*Ante cours*), le mode se trouve dans la catégorie «moyennement peureuse», alors qu'après le cours (*Post cours*), celui-ci se situe dans la catégorie «peu peureuse». Ce passage d'une catégorie de peur supérieure à une catégorie de peur inférieure indique que, selon toute vraisemblance, le

cours d'autodéfense a eu l'effet positif escompté; autrement dit, le cours a produit sur les participantes une diminution de leur sentiment de peur. Il sied d'emblée de relever qu'aucune personne ne se trouve dans les deux catégories extrêmes, soit dans les catégories «pas peureuse du tout» (de 26 points à 37 points) et «très peureuse» (de 93 points à 104 points).

En calculant les moyennes du sentiment de peur entre «avant» et «après» le cours, on s'aperçoit qu'elles sont respectivement de 62.102 points et 58.571 points. En les comparant à la moyenne théorique de l'échelle qui est de 65 points, on remarque que les moyennes empiriques calculées sont en dessous de 65 points. Pour vérifier si la diminution du sentiment moyen de peur entre «avant» et «après» le cours est significative, nous avons effectué un test de signification pour groupes apparentés en considérant une seule zone de rejet. En effet, un des buts de ce cours d'autodéfense était de rendre moins vulnérables les femmes qui y participaient en leur faisant prendre conscience qu'elles avaient toujours une opportunité de mettre en fuite un éventuel agresseur, et l'effet de cette prise de conscience devait produire une diminution de leur sentiment de peur.

Après analyse, on peut dire que le cours a eu un effet plutôt bénéfique que négatif sur le sentiment de peur de l'ensemble des participantes. Autrement dit, après le cours, le sentiment de peur a diminué globalement de façon significative. En effet, la différence des moyennes des scores «*Ante cours*» et «*Post cours*» est significative au seuil de $p = 0.00045$.

Tableau 1: Test de signification des différences des indices de peur moyens *ANTE* et *POST* cours

X1: Peur "ante" cours

Mean:	Std. Dev.:	Std. Error:	Variance:	Coef. Var.:	Count:
62.102	8.107	1.158	65.719	13.054	49
Minimum:	**Maximum:**	**Range:**	**Sum:**	**Sum of Sqr.:**	**# Missing:**
49	82	33	3043	192131	0

Y1: Peur "post" cours

Mean:	Std. Dev.:	Std. Error:	Variance:	Coef. Var.:	Count:
58.571	7.168	1.024	51.375	12.237	49
Minimum:	**Maximum:**	**Range:**	**Sum:**	**Sum of Sqr.:**	**# Missing:**
42	75	33	2870	170566	0

Paired t-Test X1: Peur "ante" cours Y1: Peur "post" cours

DF:	Mean X - Y:	Paired t value:	Prob. (1-tail):
48	3.531	3.53	.0004

Cependant, vu la petite taille de notre échantillon, l'indice moyen de la peur peut fluctuer à la hausse ou à la baisse. Aussi pour vérifier si cet indice moyen de la peur est stable malgré le petit nombre d'individus composant notre échantillon, nous avons procédé à un rééchantillonnage selon la procédure de «bootstrap». Un nouvel indice moyen de la peur a été recalculé sur 50 échantillons de 49 individus statistiques. L'indice moyen ainsi recalculé est de 61.955 points «*Ante cours*» et de 58.518 points «*Post cours*», cette différence de moyenne des moyennes de scores est significative au seuil de $p \leq 0.0001$. En comparant ces résultats avec les indices moyens de la peur calculés sur l'échantillon originel, on constate qu'il n'y a pas de différence significative et, par conséquent, notre indice de la peur est des plus stables. Ainsi donc, les premiers résultats trouvés – c'est-à-dire après le cours de self-défense, le sentiment de peur chez les participantes a diminué en moyenne – ne peuvent être mis en doute.

3.5.3 L'effet du cours sur chaque individu

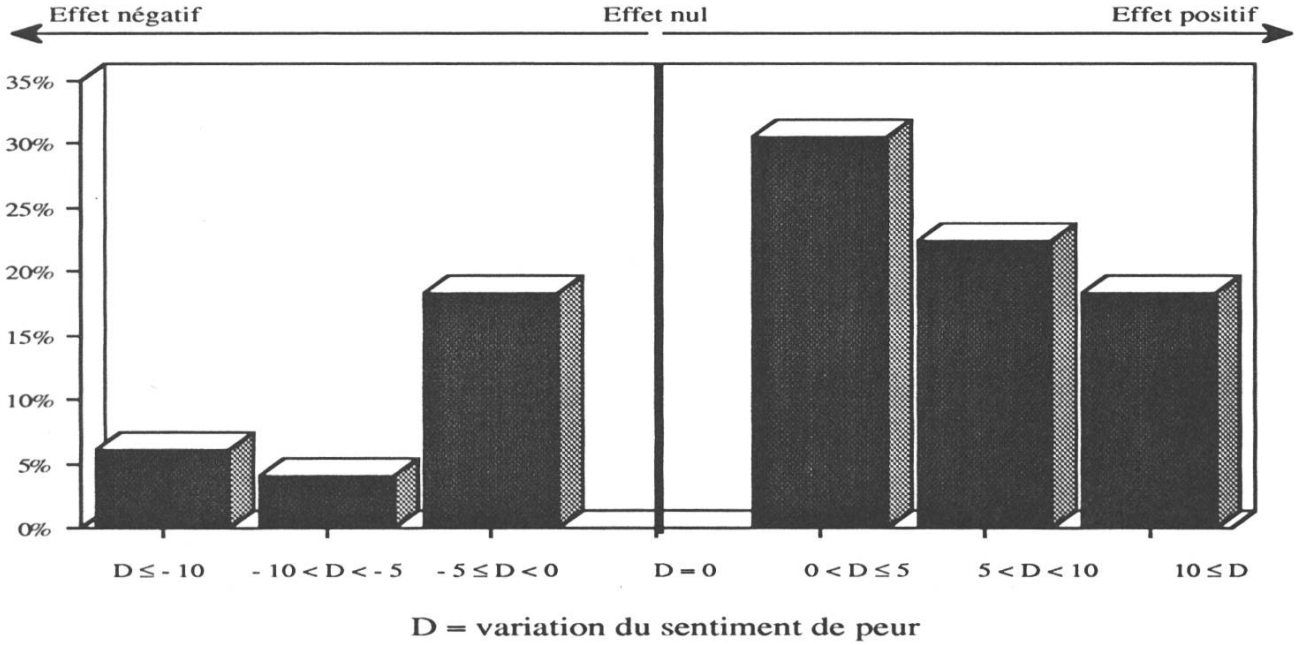
Globalement en moyenne, nous l'avons vu, le cours a eu un effet positif significatif. Cependant, en est-il de même au niveau individuel? Autrement dit, est-ce que le cours d'autodéfense a eu un effet positif sur chaque participante ou bien a-t-il aussi produit un effet nul, voire même négatif[3]?

Pour répondre à cette question, nous avons calculé les différences des indices de peur «avant» et «après» le cours, et ceci pour chaque personne interrogée. Pour les 49 personnes, les différences sont les suivantes:

(–12) ; (–11) ; (–10) ; (–8) ; (–7) ; (–5) ; (–5) ; (–3) ; (–2) ; (–2) ; (–1) ; (–1) ; (–1) ; (–1) ; (+1) ; (+1) ; (+1) ; (+1) ; (+1) ; (+2) ; (+2) ; (+3) ; (+3) ; (+4) ; (+4) ; (+5) ; (+5) ; (+5) ; (+5) ; (+6) ; (+6) ; (+6) ; (+7) ; (+7) ; (+7) ; (+7) ; (+7) ; (+8) ; (+8) ; (+9) ; (+10) ; (+11) ; (+11) ; (+12) ; (+13) ; (+14) ; (+15) ; (+17) ; (+18).

Lorsque la différence est de signe positif[4], cela signifie que le sentiment de peur a diminué après avoir suivi le cours d'autodéfense; par contre, lorsque la différence est de signe négatif, cela signifie que le sentiment de peur a augmenté après le cours suivi. *De visu*, on peut constater qu'au niveau individuel, le cours a produit des effets positif et négatif (**Graphique 1**).

Graphique 1: La variation du sentiment de la peur entre «avant» et «après» le cours[5]



Toutefois, pour un certain nombre de personnes se situant dans un intervalle de variation du sentiment de peur compris entre (–5) et (+5), l'effet devrait être considéré comme nul, car vu le nombre de variables retenues pour la construction de notre indice de la peur, il suffirait d'une modification importante sur 5 variables pour que le cours ait, sur la personne en question, un effet dans un sens ou dans l'autre.

Partant de cette constatation et en vue d'éviter une fausse interprétation des résultats, la prudence recommande de considérer que le cours n'a eu aucun effet pour 49% des participantes (24 sur 49), un effet positif réel pour 40.8% d'entre elles (20 sur 49) et un effet négatif réel pour 10.2% (5 sur 49). En analysant de cette façon les données, on pourrait croire que le cours n'a eu que partiellement un effet positif réel. Cependant, tout en raisonnant et en faisant abstraction des chiffres, on peut dire que la tendance à la diminution du sentiment de peur sera plus probable chez les personnes ayant plus peur que chez celles qui ont moins peur, puisque ces dernières sont déjà presque au seuil inférieur de la peur et leur niveau de peur ne peut guère descendre plus bas, car le sentiment de non-peur n'existe pas. De plus, il faut tenir compte du fait que les femmes n'éprouvant que peu le sentiment de peur avant le cours pouvaient ressentir après l'entraînement une légère augmentation dudit sentiment.

Dans ce sens, on peut dire que, lorsque l'on considère aussi l'effet nul du cours comme un effet négatif, l'effet positif du cours se retrouve de façon très significative chez les femmes catégorisées avant le cours comme plutôt «peureuses» (**Tableau 2**). Par conséquent, si l'on veut qu'un cours de self-défense produise plus d'effet positif en faisant diminuer le sentiment de peur chez les femmes, il faudrait faire passer un test d'évaluation de la peur avant de faire commencer à tout le monde un tel cours; de la sorte, on écarterait les personnes qui ont un sentiment de peur inférieur à un score préétabli (indice de prédiction), car, pour cette catégorie de gens, le cours d'autodéfense est de toute évidence inutile dans la réduction de leur sentiment de peur et il serait alors plus indiqué de leur donner des conseils pratiques de prévention en matière d'agression.

Tableau 2: L'effet du cours en fonction des catégories de la peur[6]

	Effet plutôt négatif	Effet positif réel	
plutôt pas peureuse	100%	0%	100% (N=17)
plutôt peureuse	37.5%	62.5%	100% (N=32)
	(N = 29	(N = 20)	

$Chi^2 = 18$ $p = 0.0001$

4. CONCLUSION

L'organisation de ce cours d'autodéfense devait uniquement permettre à des femmes de s'initier à certaines techniques de défense contre d'éventuels agresseurs en vue de leur faire prendre conscience de leur capacité à se défendre, et de ce fait, elles pouvaient se rendre moins vulnérables face à une attaque soudaine contre leur personne. Dans ce sens, il serait vain de faire croire qu'après avoir suivi un cours d'autodéfense de dix leçons, un néophyte puisse maîtriser les techniques de défense et donc, si l'on désire faire acquérir de telles techniques, il serait préférable d'étendre ce genre de cours sur plusieurs mois. Cependant, au vu de ce qui précède, il semble que les attentes des participantes se partagent entre deux tendances. Une moitié des participantes s'étaient inscrites au cours pour entendre et pouvoir parler du problème des agressions, tandis que pour l'autre moitié de ces dames, le désir de pratiquer un art martial à prix réduit était le motif de leur inscription. Ainsi, en se référant aux attentes des participantes s'inscrivant à un cours d'autodéfense, on peut déjà distinguer les personnes qui sont volontaires pour suivre sérieusement un tel enseignement de celles qui désirent avant tout se

renseigner sur les moyens de prévention en matière d'agression. Cependant, cela ne veut pas dire qu'il est inutile de donner quelques conseils pratiques sur l'art de se défendre aux personnes les moins intéressées, car de simples attitudes et gestes peuvent être efficaces en vue de dissuader un agresseur potentiel de passer à l'acte.

Pour ce qui est de l'évaluation elle-même du cours organisé par le Service social de la ville de Zurich, il ressort deux choses positives; d'une part, le cours a produit un effet global moyen dans la réduction du sentiment de peur chez les participantes, malgré le fait que chez certaines personnes en particulier, le cours n'a pas produit l'effet escompté; d'autre part, le fait d'avoir suivi un cours d'autodéfense a donné à la femme une certaine assurance psychologique de sa possibilité de mettre en fuite un malfrat. Certains peuvent cependant avancer que cette «assurance» pourrait bien se retourner contre la femme, attendu que cette dernière, se croyant invincible, s'exposera plus aux risques. Pour notre part, la probabilité de la réalisation du dernier cas de figure cité est plutôt très faible du fait que le cours a eu, sans contestation possible, le mérite de rendre les participantes attentives aux dangers qui pouvaient les guetter et de les responsabiliser quant à leurs actes, ce qui devait les inciter tout naturellement à la prudence. Ainsi, il ne reste plus qu'à souhaiter que les pouvoirs publics s'engagent à l'avenir à promouvoir de tels cours d'autodéfense si possible sur une période plus longue, pas tant pour faire acquérir la maîtrise des techniques de défense, mais plutôt pour faire prendre conscience aux gens de leur capacité à éviter de subir des agressions. Toutefois, ces cours d'autodéfense doivent être mis en rapport avec des conseils pratiques de prévention en matière d'agression.

Notes

* Diplômée de l'Institut de police scientifique et de criminologie, Université de Lausanne, 1015 Lausanne.
** Assistant de recherche à l'Institut de police scientifique et de criminologie, Université de Lausanne, 1015 Lausanne.

[1] Par la suite, nous allons appeler notre groupe-test «échantillon», ceci pour éviter des ambiguïtés de langage entre population féminine résidante et groupe-test composé par les participantes au cours de self-défense subventionné.

[2] Par la suite, les femmes que nous considérons comme «plutôt pas peureuses» seront celles qui ont un score compris entre 26 points et 59 points et les femmes «plutôt peureuses», celles qui auront un score compris entre 60 et 104 points.

[3] Par «effet positif» du cours, nous entendons que celui-ci a produit une baisse du sentiment de peur; par «effet négatif» du cours, une augmentation du sentiment précité et par «effet nul», aucune réduction, ni accroissement significatifs du sentiment de peur.

[4] Quand la différence du sentiment de peur est de signe positif, cela signifie que l'indice individuel de peur avant le cours de self-défense était supérieur à l'indice individuel de peur après le cours et, par conséquent pour cette participante, le sentiment de peur a diminué suite au cours; dans le cas opposé, le sentiment de peur a augmenté suite au cours.

[5] Pour faciliter la lecture du graphique, nous avons regroupé les différences d'indices du sentiment de peur en 6 groupes.

[6] Supra, note 2.

Bibliographie

Alimam A., «Sentiment d'insécurité et prévention technique des employés de banque et des postes», *Revue Internationale de Criminologie et de Police Technique*, 43/4, 1990, 479-498.

Burt R.M., «Rape, Robbery, and Burglary: responses to actual an feared criminal victimization, with special focus on women and the ederly», *Victimology: an International Journal*, 10, 1985, 325-358.

Cohn E.S. et al., «Crime prevention vs victimization prevention : the psychology of two different reactions», *Victimology: an International Journal*, 3, 1978, 285-296.

Fattah A., «La victimologie: entre les critiques épistémologiques et les attaques idéologiques», *Déviance et Société*, 5/1, 1981, 71-92.

Furstenberg F.F., «Public reaction to crime in the streets», *The American Scholar*, 40/4, 1971, 601-610.

Garofalo J., «Victimization and the fear of crime», *Journal of Research in Crime and Deliquency*, 16/1, 1979, 80-97.

Grandjean C., *Les effets des mesures de sécurité; l'exemple des attaques à main armée contre les établissements bancaires en Suisse*, Collection Criminologie N° 2, Rüegger, Grüsch, 1988.

Grela C., «Violence sexuelle: la réalité des préjugés», *Question au Féminin*, 1, 1990.

Hindelang M. et al., *Victims of Personal Crime: an Empirical Foundation for a Theory of Personal Victimization*, Ballinger, Cambridge (Mass.),1978.

Killias M., «Crime et sentiment d'insécurité au troisième âge», *Société Suisse de Gérontologie*, 1990, 33-57.

Killias M., «Mass medias, peur du crime et politique criminelle: une revue sélective de la littérature récente», *Revue Internationale de Criminologie et de Police Technique*, 36/4, 1983, 60-71.

Killias M., «Vulnerability: towards a better understanding of a key variable in the genesis of fear of crime», *Violence and Victims*, 5/2, 1990, 97-108.

Killias M., *Les Suisses face au crime*, Collection Criminologie N° 5, Rüegger, Grüsch, 1989.

Koser Wilson N., «Venerable bedfellows : women's liberation and women's victimization», *Victimology: an International Journal*, 10, 1985, 206-220.

Le Monde, «L'insécurité», *Dossiers et Documents*, N° 122, mai 1985.

Lerner M.J., *The Belief in a Just World: a Fundamental Desillusion* , New York Plenum Press, New York, 1980.

Levinger G., «Observer's evaluation of the victim and the attaker in an aggressive incident», *The Journal of Personality and Social Psychology*, 22/2, 1972, 202-210.

Maxfield M.G., «The limits of vulnerability in explaining fear of crime: a comparative neighbourhood analysis», *Journal of Research in Crime and Deliquency*, 21/3, 1984, 233-250.

Picca G., «Faut-il avoir peur du crime?», *Revue Internationale de Criminologie et de Police Technique*, 36/4, 1983, 7-11.

Riger S. et al., «Women's Fear of Crime: from blaming to restricting the victim», *Victimology: an International Journal*, 3, 1978, 274-284.

Scherer J., «Themes in social vulnerability: research avenues in victimology», *Victimology: an International Journal*, 10, 1985, 26-33.

Skogan W.G., Maxfield M.D., *Coping with Crime*, Sage Publications, Beverly Hills/ London, 1981.

Van Dijk J.J.M, Mayew P., Killias M., *Experiences of Crime across the World*, Kluwer, Deventer/Boston, 1990.

Van Dijk J.J.M., «L'influence des médias sur l'opinion publique relative à la criminalité: un phénomène exceptionnel?», *Déviance et Société*, 4/2, 1980, 107-129.

Van Dijk J.J.M., Steimetz A. C., *The Burden of Crime on Dutch Society*, 1973-1979, La Haye, RDC, 1980.

Warr M., «Fear of victimization: why are women and the ederly more afraid», *Social Science Quaterly*, 65/3, 1984.

Zaubermann R., «La peur du crime et la recherche», *L'Année Sociologique*, 32, 1982, 415-438.