

Le consentement



Oui mais non !



Univers
santé

www.univers-sante.be



Table des matières

Introduction	3
Le consentement, c'est quoi ?	3
Céder n'est pas consentir	4
Qu'en dit la loi ?	5
Consentement, alcool et drogue	6
Le consentement, on en parle	7
Avec qui ?	7
Comment ?	7
À quels moments ?	7
Victime ou témoin, quels sont les bons réflexes ?	9
Le harcèlement	10
En bref	11
Adresses utiles	12

Points d'attention pour le·a lecteur·trice :

- Les pronoms “iel” et “iels” désignent les personnes sans distinction de genre.
- Les termes “victime” et “agresseur” ne sont pas spécifiquement liés à l'un ou l'autre genre.
- Les termes “relation sexuelle”, “acte sexuel”, “rapport sexuel” ne font pas spécifiquement référence à un acte de pénétration, quel qu'il soit (buccale, anale ou vaginale).

Introduction

Allier plaisir, désir, respect et consentement, c'est possible et c'est même indispensable. Interroger ses habitudes et pratiques en matière de drague et de rapports intimes pour vivre une vie affective et sexuelle pleinement épanouissante, respectueuse de soi et des autres, ça passe aussi par la notion de consentement.

“Mon corps, c'est mon corps”, “Mon corps, mon choix”, sont des slogans qui rappellent que chacun·e peut décider ce qu'il fait de son corps. Cette affirmation est valable dans le cadre médical mais également au sein des relations sociales et affectives.

Dans les rapports intimes et sexuels, le consentement revêt un caractère particulier. En effet, quelle que soit la relation qui unit les partenaires, il est important que ceux-ci/elles-ci soient consentant·es **tout au long de l'acte**. Exprimer son consentement peut se faire de différentes manières ; se montrer réceptif·ve aux paroles et aux actes de l'autre et expliciter clairement ses envies. Au-delà du consentement personnel, le consentement de l'autre est également essentiel. Être attentif·ve à son/sa partenaire, lui poser des questions sur son état d'esprit, ses envies, ses besoins sont autant de moyens de s'assurer de son consentement, tout au long de la relation intime, mais également avant et après celle-ci. **Un rapport sexuel, avec pénétration, sans consentement, est un viol.**

Le consentement, c'est quoi ?

Le consentement existe dans de nombreux domaines : droit, philosophie, santé, vie quotidienne, vie sexuelle et affective... De manière générale, le consentement se définit comme l'action de se prononcer en faveur de l'accomplissement d'un projet/d'un acte ou de choisir de ne pas s'y opposer¹. **Consentir, c'est donc choisir.** “Ne pas s'opposer” à un acte ne signifie pas l'accepter. Pour qu'il y ait consentement, il faut que l'acceptation résulte d'un choix éclairé² de la part de la personne concernée.

¹ Définition issue du site du Centre National de Ressources Textuelles et Lexicales <https://www.cnrtl.fr/definition/consentir>

² Voir page 5 «Qu'en dit la loi ?»

Céder n'est pas consentir

CONSENTIR = DÉSIRER

“ On s'est rencontrés sur une appli. C'était un plan cul, c'était clair entre nous, ça se passait bien et je me sentais en confiance. Un soir il a voulu tester une nouvelle pratique, mais je n'étais pas chaud. Il a dit que dans ce cas il irait voir ailleurs, que ce n'était pas les mecs chauds qui manquaient. J'ai cédé car je tenais à notre relation de sexfriends et je ne voulais pas qu'il me voit comme un prude ou un coincé. ”

“ (En couple depuis trois ans) Si on ne fait pas l'amour pendant plusieurs semaines, elle me dit qu'on n'est pas un vrai couple. Je n'ai pas toujours envie mais je crains qu'elle pense que je n'ai plus envie d'elle alors parfois, je prends sur moi. ”

Il peut s'agir d'un baiser, d'une relation sexuelle pénétrative ou non, protégée ou non, d'une relation de séduction avec ou sans contact physique...

Il peut s'agir d'un-e conjoint-e, d'un-e ami-e, d'un-e inconnu-e, d'un-e sexfriend, d'un-e crush, d'un-e ex... Quelle que soit la nature de la relation, le **consentement éclairé** des partenaires **tout au long de la relation et à chaque acte sexuel** est primordial. Sans ce consentement, il pourrait s'agir de harcèlement, d'agression sexuelle voire de viol.

Consentir de manière éclairée, ce n'est pas dire oui ou entendre son/sa partenaire dire oui pour faire plaisir, par crainte de déplaire ou de représailles, car **céder n'est pas consentir**.

Consentir, c'est, au contraire, partager le désir entre partenaires. C'est s'assurer d'être soi-même consentant-e du début à la fin, et s'assurer que l'autre le soit aussi. C'est communiquer sur les envies et les besoins en commun. **Consentir, c'est désirer**. Le consentement est au cœur de la relation intime, pour plus de sécurité, de respect, mais aussi pour plus de plaisir.

Qu'en dit la loi ?

En Belgique, “tout acte de pénétration sexuelle, de quelque nature qu'il soit et par quelque moyen que ce soit, commis sur une personne qui n'y consent pas, constitue le crime de viol. Il n'y a pas consentement notamment lorsque l'acte a été imposé par violence, contrainte ou ruse, ou a été rendu possible en raison d'une infirmité ou d'une déficience physique ou mentale de la victime.” (Article 375 du code pénal)

Il y a viol s'il n'y a pas consentement à la relation sexuelle. Par exemple en cas de violence, contrainte ou ruse, ou si la victime présente une infirmité ou une déficience physique ou mentale.

Les **exemples** mentionnés dans la loi ne sont pas limitatifs, il peut y avoir absence de consentement dans bien d'autres situations ! Par exemple, il a déjà été jugé qu'entretenir une relation sexuelle avec une personne semi-consciente en raison d'un état d'ivresse très avancé constitue un viol car l'auteur ne pouvait ignorer que la victime ne se trouvait pas en état de consentir valablement à la relation sexuelle.

En Belgique, la majorité sexuelle est fixée à 16 ans³. En dessous de cet âge, la justice estime que la personne n'est a priori pas consentante.



En Belgique, vu l'absence d'une définition claire du “ consentement ” dans la loi, il est plus difficile pour les victimes d'apporter la preuve de l'absence de consentement. D'autres pays, comme la Suède, considèrent comme un viol tout acte sexuel avec une personne qui n'y a pas consenti explicitement. Cela signifie que les partenaires doivent s'assurer mutuellement de leur consentement. En cas de plainte, la personne mise en cause devra prouver qu'elle s'était bel et bien assurée du consentement de l'autre personne.

³En date du 01/09/2022

Consentement, alcool et drogue

“ Je suis sortie avec des amies, dans une soirée étudiante. Il y avait cette fille qui me plaisait. On avait toutes les deux bu quelques verres. Heureusement, car sobre, je n'aurais jamais osé aller vers elle. ”

“ Quand ma conjointe a envie de faire l'amour et que je ne partage pas son désir à ce moment-là, elle me sert un verre de vin en disant que ça me détendra. ”

“ J'avais beaucoup bu ce soir-là. Le lendemain matin, je me suis réveillé dans le lit de quelqu'un d'autre, sans aucun souvenir de ce qu'il s'était passé. Je me sentais profondément mal à l'aise mais sans vraiment savoir pourquoi. ”

“ Sur certaines applications de rencontre, il est de bon ton de consommer certaines substances. J'en ai parfois consommé pour être “dans le mood”, pour faire comme les autres. ”

L'alcool peut avoir un effet désinhibant. Cette désinhibition est parfois recherchée dans un rapport de séduction. En effet, après un ou deux verres, on a parfois plus confiance en soi pour séduire. Cependant, la consommation de substances désinhibantes altère également le jugement de la personne.

Comment s'assurer de son propre consentement et de celui de son/sa partenaire lorsqu'on est sous l'emprise de l'alcool ou d'une autre drogue ? Les limites deviennent floues. De même, les signaux de danger sont moins visibles pour une personne alcoolisée. Par principe de précaution, **il est préférable d'estimer qu'une personne en état d'ébriété, ou sous influence d'autres drogues, n'est de facto pas consentante.**

Le consentement, on en parle

La communication est au cœur de la relation. Pourtant, le sexe est souvent un sujet tabou. Contrairement aux idées reçues, **parler de sexe entre partenaires, ça peut être sexy !**



... AVEC QUI ?

On en parle avec son/sa/ses partenaire-s ou potentiel-les partenaires, régulier-ères ou occasionnel-les, en couple, avec ses sex-friends, ses exs, et aussi avec soi-même... Bref, on parle de consentement avec tou-ttes ceux/celles avec qui on a des rapports intimes ! Mais on peut aussi en parler en famille, avec ses ami-es ou avec un-e professionnel-le de santé, se questionner ensemble sur le sujet, échanger sur les différentes pratiques.



... COMMENT ?

C'est souvent là que le bât blesse. La crainte de passer pour peu sûr-e de soi, de "casser l'ambiance", de poser des questions qui ne seraient pas " sexy "... Et cette inquiétude est bien compréhensible ! En effet, dans les films, les séries, les livres, les chansons et autres productions culturelles, on observe rarement les protagonistes se questionner sur le sujet. Bien que, petit à petit, cela commence à changer.



... À QUELS MOMENTS ?

Le consentement, on s'en assure **avant d'entreprendre** quoi que ce soit sur le plan sexuel. **A chaque étape**, le consentement **peut être réitéré ou retiré**. On peut être partant-e pour une chose, mais pas pour une autre, ou **changer d'avis** et ce même après avoir donné son consentement... C'est donc important d'y être attentif-ve **tout au long de l'acte**. Et même après, on peut en discuter.

Pourtant, ce n'est pas un tue-l'amour d'en parler, cela peut même être érotisant. Se sentir en sécurité, écouté-e, en confiance, être en harmonie avec les envies de l'autre, n'est-ce pas une bonne base pour plus de plaisir ?

Concrètement, pour parler du consentement, on peut demander si ça plait, si iel veut aller plus loin, si iel se sent à l'aise avec telle ou telle pratique, si iel en a envie... Et évidemment, si le/la partenaire dit non, semble hésiter, ne montre aucune réaction ou n'est pas pleinement consentant-e, on s'arrête! Après l'acte, on peut discuter de comment on s'est senti-e, éventuellement parler d'une prochaine fois, en fonction de la relation et de la situation.

Pour rappel, la relation sexuelle n'est pas synonyme de pénétration. Et quelles que soient les pratiques, elles requièrent un consentement ! En bref, le consentement, on en parle avant, pendant, après, et ça, même si on est en couple depuis des années. Être en couple n'est pas synonyme de consentement !

“Dans ma famille, on m'a parlé de sexe dès le début de l'adolescence. Ma mère m'a parlé de contraception, m'a dit qu'il était important de se protéger. Mais on ne m'a jamais parlé de désir mutuel, de consentement... J'ai découvert ça par moi-même, en trainant sur les réseaux. Depuis, j'essaye d'en parler avec mes partenaires et je me sens plus à l'aise lors de mes rapports sexuels, je suis aussi moi-même plus au clair avec mes propres envies.”

“Je suis avec ma copine depuis presque trois ans. Au début, on était gênés de parler de sexe. On faisait l'amour un peu machinalement, sans trop se poser de question. Puis on a commencé à plus en parler, à se renseigner sur le sujet, ensemble. Depuis, on essaye plus de choses et on se sent plus libres d'assumer nos envies.”

“Ce soir-là, je suis sortie avec des amis. Une fille me plaisait, on s'est rapprochées dans la soirée. Je suis rentrée chez elle. On a eu des rapports sexuels, on en a parlé ouvertement, je me suis sentie écoutée.”

Victime ou témoin, quels sont les bons réflexes ?

Règle des 3 D

En cas d'agression sexuelle, de harcèlement ou de viol, que tu sois victime ou témoin, tu peux...

1° RÉAGIR DIRECTEMENT : la personne victime tente de se mettre en sécurité, elle peut fuir ou confronter son agresseur. Si besoin, elle peut se défendre physiquement. Le témoin peut toujours “ casser la dynamique ” en interpellant directement l'agresseur.

2° DISTRAIRE, SURPRENDRE L'AGRESSEUR, FAIRE DU BRUIT : la personne victime ou témoin attire l'attention de l'agresseur sur autre chose, tente de le/la surprendre, par exemple en adoptant une attitude qui peut sembler absurde, en chantant ou en dansant, en reproduisant des bruitages d'animaux... L'agresseur sera potentiellement déstabilisé et la victime pourra alors éventuellement fuir ou se mettre à l'abri.

3° DEMANDER DE L'AIDE : la victime peut interpellé un-e témoin, connu-e ou non. La victime ou témoin peut utiliser son téléphone pour demander de l'aide à un-e proche ou à un service d'aide...

N'oublions pas que chacun-e agit selon ses possibilités, ses capacités physiques, le contexte... et son histoire personnelle. Parfois, juste un regard soutenant vis-à-vis de la victime est déjà perçu comme une aide et une possibilité pour cette personne de “ sortir de la situation d'agression ”.

NE PAS JUGER LA VICTIME

L'effet de **sidération** est souvent rapporté par les victimes d'agressions sexuelles, cela signifie qu'elles sont comme " paralysées " ou " figées ". Ce phénomène, aussi appelé catalepsie, explique que dans certains cas, les victimes semblent ne pas réagir. Par protection, le corps se dissocie de l'esprit, ce qui peut expliquer que certaines personnes n'arrivent pas à crier, à fuir, à se défendre... Une victime n'est jamais responsable de son agression. Ce qu'elle est, dit, fait ou porte ne doit jamais être remis en cause. Evitons donc les "Pourquoi tu t'es laissé-e faire ?", "Pourquoi tu n'as pas crié ?", "Pourquoi tu ne t'es pas débattu-e ?" Ce type de questions peut amener la victime à se sentir, à tort, coupable de ne pas avoir réagi. Or, le problème est toujours l'agresseur !

Le consentement, ça ne concerne pas uniquement les agressions sexuelles : s'assurer du consentement d'autrui dans les rapports sociaux, notamment de séduction, permet d'éviter le harcèlement.

Le **harcèlement** est caractérisé par des agissements hostiles à répétition*, il peut être moral et/ou physique.

- Le harcèlement peut apparaître à l'école, en famille, en couple, sur les réseaux sociaux, en rue...
- Le harcèlement sexiste et sexuel est un type particulier de harcèlement. Il s'agit d'un ensemble de gestes, d'attitudes et de paroles ayant une connotation sexuelle et étant susceptible de porter atteinte à la dignité et à l'intégrité, morale et/ou physique, d'une personne, devenant alors victime.
- *Dans le cadre du harcèlement sexiste ou sexuel, il suffit d'un seul agissement pour que la situation soit catégorisée comme telle, le critère de répétition n'est pas nécessaire !
- Ce type de harcèlement vise particulièrement les femmes ainsi que les personnes LGBTQIA+.
- Des harceleurs sont recensés parmi tous les groupes sociaux, toutes les tranches d'âge ou origins ethniques.
- Comme pour les autres agressions sexuelles et sexistes, le harcèlement nie le consentement.
- Le harcèlement sexiste et sexuel n'est pas de la drague. La drague est une manière d'entrer dans une relation de séduction, au sein de laquelle chaque personne est consentante. Même si parfois, les propos de l'agresseur peuvent prendre la forme d'un compliment, l'objectif est différent et l'absence de consentement témoigne d'une situation de harcèlement.
- Depuis 2014, le harcèlement sexiste et sexuel est punissable par la loi belge.

En bref...

Le consentement, c'est...

- Du désir partagé
- Une bonne communication entre partenaires
- Important du début à la fin, et à chaque fois
- sexy !

Et...

- Quand c'est non, c'est non !
- Quand c'est pas oui, c'est non !
- Quand c'est heu..., c'est non !
- Un oui une fois ne signifie pas oui toujours !
- Quand c'est oui pour ça, ce n'est pas oui pour tout.
- Une érection ou une lubrification ce n'est pas un oui !
- Quand iel dort, c'est non !
- Quand iel est dans un état second, c'est non !
- Quand iel ne répond pas, c'est non !

“De quoi as-tu envie ?”

“J'ai envie de t'embrasser, ça te tente ?”

“Tu veux que je continue ?”

“Est-ce qu'on se déshabille ?”

Le consentement, ça se discute... Ne pas hésiter à débattre des représentations sociales, de certaines scènes de films et séries, d'articles de presse, à sensibiliser l'entourage... En parler, c'est déjà sensibiliser !

Adresses utiles

Adresses utiles

- Fédérations des Centres de Plannings Familiaux
- SOS viol
- Centres de Prise en charge des Violences Sexuelles (CPVS)
- Police
- Service d'aide aux étudiants de l'UCLouvain

À destination des membres de l'UCLouvain: si vous êtes – ou avez été – victime ou témoin d'actes de violence physique et/ou psychique, d'atteinte à l'intégrité physique et/ou sexuelle, de harcèlement moral et/ou sexuel, de sexisme, de discrimination; vous pouvez demander une information, un soutien, une écoute en vous adressant à: together@uclouvain.be

Plus d'information:

<https://uclouvain.be/fr/decouvrir/egalite/campagne-together.html>



www.univers-sante.be

à Louvain-la-Neuve
Place Galilée, 6
1348 Louvain-la-Neuve
T 010/47 28 28

à Woluwé
Avenue Hippocrate, 50
1200 Woluwe Saint-Lambert
T 010/47 28 28