



Rapport d'évaluation

Formation de formatrices en autodéfense pour femmes

2006/2007

Garance ASBL
T/F +32 / 2 / 216 61 16
BP 40, BE -1030 Bruxelles 3
www.garance.be
info@garance.be
Banque Triodos 523-0802063-45

Table de matières

1. Description sommaire du projet	3
2. Évaluation du manuel de formation	4
3. Évaluation du recrutement des participantes	5
4. Évaluation de la qualité de la formation	8
4.1. Évaluation de la formation collective	8
4.2. Évaluation de la formation individuelle	10
5. Évaluation de l'intégration de l'autodéfense dans les organisations partenaires	12
6. Évaluation de la mise en réseau	13
7. Conclusions	14
8. Calendrier des événements	15

Ce projet a été réalisé avec le soutien de :

Commission communautaire française
Fondation Roi Baudouin/Loterie Nationale
Institut pour l'Égalité entre femmes et hommes
Ministère de la Communauté française
Province du Brabant wallon
Région Bruxelles-Capitale
Ville de Bruxelles

I. Description sommaire du projet

Le présent projet s'est étendu de novembre 2006 à septembre 2007. Sur presque toute la durée du projet, deux personnes étaient engagées, la formatrice principale (temps plein, les onze mois) et son assistante (mi-temps, de la mi décembre à la fin du projet). Le projet a permis de former 9 nouvelles formatrices d'autodéfense pour femmes adultes.

Les préparations de la formation proprement dite ont inclus la rédaction d'un manuel de formation, le développement d'un plan de formation, de contrats, de critères d'évaluation des participantes, ainsi que le recrutement des participantes. Nous avons finalement pu recruter 8 participantes dont la moitié travaillent dans des maisons d'accueil pour femmes et l'autre moitié dans des associations d'éducation permanente. Une participante supplémentaire qui avait interrompu une formation informelle pendant son congé de maternité a intégré le groupe plus tard et a également pu compléter sa formation. Les participantes viennent pour la plupart de la Wallonie (7 sur 9).

La formation collective a consisté en une semaine d'introduction en décembre qui permettait d'acquérir les bases de l'autodéfense, au niveau théorique aussi bien que pratique. Cette semaine était suivie par 6 journées de formation mensuelles, ainsi qu'un week-end de trois jours. Ce dernier a donné l'occasion aux participantes de faire la connaissance d'autres membres de Garance. Les journées de formation étaient dédiées, en matinée, à l'approfondissement et apprentissage de nouvelles techniques physiques de défense, et en après-midi à la réflexion et l'acquisition d'outils verbaux, didactiques et mentaux. La formation s'est terminée en une semaine de formation en septembre où toutes les participantes ont passé des épreuves pratiques et théoriques.

Parallèlement à ces formations collectives, les participantes suivaient aussi un programme d'accompagnement individuel. Dans ce cadre, chacune devait assister à un stage d'autodéfense en tant qu'observatrice. Par la suite, elle prenait en charge de parties de l'animation dans deux stages organisés en compagnonnage. Un stage final était sous sa seule responsabilité, avec une formatrice expérimentée servant de superviseuse. Cette appropriation graduelle des contenus et techniques didactiques a permis une évaluation continue et un soutien sur mesure de chaque participante. Pour faciliter l'activité des participantes dans leur cadre professionnel aussi après la fin de la formation, chaque participante a développé un projet d'intégration de l'autodéfense dans son organisation. Grâce aux stages en observation et co-animation, 206 femmes ont pu participer à des stages d'autodéfense, et ceci dans toute la Wallonie et à Bruxelles.

À la fin du projet, les futures formatrices ont demandé la mise en place d'un réseau de formatrices qui permettra à moyen terme leur formation continue et la supervision des stages qu'elles donnent. Ce réseau a pris forme en e-group et en une équipe d'intervention qui n'est pas uniquement disponible pour des animations en autodéfense dans leurs organisations, mais aussi pour Garance.

2. Évaluation du manuel de formation

Pour des raisons historiques, l'autodéfense féministe n'a pas connu d'efforts de conceptualisation dans les pays francophones. Il y existent très peu d'écrits sur elle, et les quelques articles se contentent pour la plupart de décrire ce qu'est l'autodéfense féministe. Garance tente de changer cette situation et publie sur son site www.garance.be des analyses sur l'autodéfense depuis quelques années, afin de rendre la littérature anglophone, néerlandophone et germanophone plus accessible au public francophone et de faire avancer le débat et la réflexion de ses propres pratiques.

Ce que Garance n'a pas encore pu faire, c'est de rédiger un outil qui facilite la transmission des savoirs aux futures formatrices. C'est pourquoi un objectif principal dans la préparation de la formation était la rédaction d'un manuel de formation. Le « manuel de la formatrice en autodéfense pour femmes adultes » par Irene Zeilinger réunit non seulement les fruits de sa propre expérience et réflexion de 15 ans d'autodéfense féministe, mais s'appuie également sur la conceptualisation de l'autodéfense dans d'autres pays. Nous avons finalement opté pour un manuel remis au début de la formation et non, comme proposé dans le projet, en incluant les remarques et expériences des participantes de la formation. Les remarques et expériences des participantes sont documentées dans les rapports de formation.

Le manuel comprend plus de 280 pages. La table de matières inclut :

- L'autodéfense (historique, concept, stratégies, recherches)
- Les violences (théories, formes, cadre théorique, chiffres, conséquences)
- Le genre et l'autodéfense (socialisation, inégalités, insécurité, corps)
- Les émotions et les limites (réactions physiologiques, gestion des émotions)
- L'entraînement mental et la relaxation (guider des visualisations, exemples)
- La défense verbale (voix, langage non verbal, techniques, didactique)
- La défense physique (conditions, points vulnérables, armes corporelles, techniques, didactique)
- La pédagogie et l'autodéfense pour femmes (autonomie, empowerment, principes, didactique, dynamique des groupes, travailler avec des victimes de violence)
- Législation et violences (procédures policières et juridiques, légitime défense, législation belge et internationale)
- Glossaire

Non seulement les participantes à la formation, mais aussi les formatrices existantes de Garance, ont reçu et lu ce manuel. Leur retour est unanime : c'est une base solide pour le travail d'animation, et c'est également une source riche de réflexions et d'informations d'arrière-fonds. Le manuel permet aux formatrices de mieux se positionner aussi dans les contacts avec leurs publics, leurs collègues et des personnes extérieures à leur organisation. Le manuel a été utilisé tout au long de la formation comme mine d'information pour les réflexions, devoirs et surtout au moment des co-animations et des épreuves à la fin. Le manuel va aussi être utile pour des formations à l'avenir qui seront plus faciles à mettre en pratique avec cette base.

L'utilité et lisibilité du manuel sont telles que - en effet secondaire de notre formation - une maison d'édition a trouvé ce manuel tellement intéressant qu'elle a invité l'auteure à écrire un livre sur l'autodéfense féministe à l'usage de toutes les femmes. Ce livre paraîtra en mars 2008.

L'objectif de créer un manuel utile et lisible (avec, comme sujets, genre, les violences faites aux femmes, la psychopédagogie féministe, le contexte légal, l'aide aux victimes de violence, les émotions et leurs processus physiologiques, le corps et le mouvement, les stratégies de protection et de défense, la défense verbale, le langage non verbal, la défense physique, l'entraînement mental et la relaxation, les jeux et jeux de rôles) a été atteint.

3. Évaluation du recrutement des participantes

L'objectif était de recruter 14 participantes, dont au moins une de chaque province francophone et Bruxelles ; dont trois issues de l'immigration ; et dont 8 venant du secteur socioculturel et 5 travaillant avec des publics issus de l'immigration. La situation de départ était difficile : nous avons relativement peu de temps pour recruter des participantes, et ceci dans un contexte où l'autodéfense pour femmes et notre expertise en tant que formatrices de formatrices étaient peu connues.

Pour une formation d'un an qui fait des demandes importantes sur les ressources de la participante, mais aussi de son organisation, nous avons choisi un processus de recrutement en plusieurs étapes :

Depuis septembre 2006, même avant le début officiel du projet, Garance a entamé une petite campagne de publicité pour la formation.

- Nous avons créé un paquet d'information sur la formation incluant objectifs, déroulement et critères d'évaluation.
- Le public cible principal étant les travailleuses dans les associations, nous avons concentré nos efforts sur la communication avec elles : 267 associations ont reçu notre paquet par courriel, 563 par voie postale ; 457 associations sont localisées dans la région bruxelloise et 373 en Wallonie. Un rappel par courriel a été fait vers la mi-octobre.
- L'annonce de notre formation est aussi apparue dans les Niouzes de PIPSA, un bulletin électronique pour le secteur de la promotion à la santé qui est édité par la Mutualité socialiste (www.pipsa.org).
- Nous avons contacté des anciennes participantes à nos activités parce que ce public connaît déjà notre manière de travailler et a une certaine base en autodéfense. En total, 215 particulières ont été contactés par courriel et 234 par envoi postal.
- Pour leur effet multiplicateur, nous avons également utilisé les réseaux et coordinations dont Garance fait partie pour faire connaître la formation : Réseau pour l'Élimination des Violences entre partenaires, plate-forme Bruxelloise sur les violences conjugales, plate-forme du Brabant wallon sur les violences conjugales, coordination bruxelloise de la Marche Mondiale des femmes, Malvira (e-group bruxellois féministe).
- La formation était également annoncée sur le site web de Garance www.garance.be. Même si ce canal de communication n'a pas amené des candidates pour cette formation, il a quand même rendu la formation plus visible, ce qui nous apporte des demandes pour une nouvelle formation depuis février 2007.

Cette petite campagne nous a amené beaucoup d'intéressées, mais peu qui pouvaient se conformer aux conditions de cette formation. En total, nous avons recruté 23 candidates dont trois de la province de Luxembourg, trois du Hainaut, une de Namur, deux de Liège et deux du Brabant wallon, le restant (11) venant de la région bruxelloise. Peut-être la faible demande dans la province de Namur est lié à un manque d'associations spécialisées de lutte contre les violences à l'égard des femmes dans la province de Namur ou au fait qu'au moment du recrutement, le poste de coordinatrice provinciale en matière de violences conjugales était vacant de manière que l'information a moins bien circulé dans cette province.

Quatre candidates n'ont pas reçu l'aval de leur hiérarchie, souvent avec l'argument que l'investissement en temps de travail était trop important. Pour une organisation du secteur socioculturel qui voulait envoyer quatre participantes pour ces antennes, il était impossible de trouver le co-financement de quatre fois EUR 500,-- endéans de deux mois, même s'il s'agissait d'une contribution de seulement 10% au prix global de la formation. Une travailleuse n'était pas disponible pour des formations en résidentiel ou se déroulant pendant les vacances scolaires à cause de ses responsabilités familiales. Trois volontaires dans les associations ne pouvaient pas se libérer pendant le temps de travail et auraient préféré que la formation se déroule pendant les week-ends. Deux autres avaient déjà prévu d'activités pendant la semaine d'introduction. Et une ne pouvait finalement pas participer pour des raisons de santé. Il est remarquable que plus de la moitié des candidates

venaient du secteur de l'éducation permanente, mais que finalement, seulement trois participantes en restaient, dont deux de nos anciennes participantes. Un effet similaire de rétrécissement a eu lieu pour les candidates bruxelloises pour lesquelles jouait sans doute aussi une plus grande offre d'activités en concurrence avec notre formation et le fait que l'organisation de stages d'autodéfense en coopération avec Garance est plus facile à Bruxelles qu'en Wallonie.

Pour nous assurer de la compatibilité des objectifs et motivations et d'une structure organisationnelle qui soutienne la future formatrice, nous avons rencontré toutes les huit candidates restantes et leurs supérieur/e/s hiérarchiques, parfois à plusieurs reprises. Dans ces rencontres, nous avons discuté le processus de formation, notre pédagogie et les termes de partenariat avec l'organisation partenaire. La candidate devenait participante à la signature d'un contrat de formation entre elle et Garance et d'une convention de partenariat entre son employeur et Garance.

Les participantes finales :

Organisation	Public	Province	Issue de l'immigr.	Public immigré
Association socialiste des personnes handicapées	Femmes avec handicap mental, sensoriel, physique ; femmes 55+	Luxembourg	-	-
Collectif contre les violences familiales et l'exclusion	Femmes victimes de violence conjugale	Liège	-	oui
L'Églantier (maison d'accueil)	Femmes victimes de violence conjugale ou en détresse	Brabant wallon	-	oui
Femmes prévoyantes socialistes	Femmes grand public, jeunes femmes	Luxembourg	-	-
Garance A	Femmes trans, travailleuses du sexe, étudiantes	Bruxelles	oui	oui
Garance B	Femmes grand public	Bruxelles	-	oui
Maison du Pain (maison d'accueil)	Femmes victimes de violence conjugale ou en e détresse	Luxembourg	-	oui
Maison maternelle Fernand Philippe (maison d'accueil)	Femmes victimes de violence conjugale ou en détresse	Hainaut	oui	oui

Nous n'avons donc pas atteint l'objectif de 14 participantes, ni celui de 8 participantes du secteur de l'éducation permanente. Les autres objectifs n'ont pas pu être réalisés en termes absolus, mais en termes relatifs, le résultat est plus positif :

- Il y avait une participante de chaque province francophone, sauf celle de Namur, et deux de Bruxelles. Initialement, nous avons prévu un groupe de 6 bruxelloises et 8 wallonnes (43% et 57%). Nous arrivons à une diversité de 25% de bruxelloises et 75% de wallonnes.
- Il y avaient trois participantes du secteur d'éducation permanente, dont deux de Garance. Deux organisations partenaires étaient reconnues en éducation permanente avant l'entrée en force de la nouvelle réglementation plus stricte. Notre objectif initial était d'avoir 8 sur 14 participantes de ce secteur (57%), et nous arrivons à une proportion de 38%.
- Tandis qu'il nous était impossible de recruter des participantes venant d'associations de femmes issues de l'immigration ou travaillant spécifiquement avec ce public, 6 sur les 8 participantes (75%) vont travailler avec un public partiellement issu de l'immigration, soit dans des activités spécifiques (Garance), soit dans des organisations avec un taux important d'usagères issues de l'immigration (maisons d'accueil).
- Notre formation semble avoir attiré particulièrement les maisons d'accueil (4 sur 8 participantes). Cependant, les autres participantes s'adressent à des publics suffisamment diversifiés que les discussions et échanges étaient enrichis par cette diversité.
- Deux des 8 participantes sont issues de l'immigration en deuxième génération, ce qui mène à un taux de diversité culturelle de 25%, contre 21% initialement prévu.

Sur cette base, nous pouvons tirer quelques leçons. Tout d'abord, la réalité des associations et services travaillant avec des femmes rend la participation d'une travailleuse à une formation comme la nôtre difficile : les organisations doivent libérer une travailleuse de ses activités quotidiennes pour la participation aux formations collectives et pour l'organisation et animation de stages (plus de 27 jours de travail) ; le prix proposé n'était pas à portée des organisations surtout dans le secteur socioculturel. Bien que cet investissement soit vite rentabilisé, le monde associatif belge semble actuellement ne pas avoir assez de marge de manœuvre pour investir dans son avenir. Cela soulève des questions par rapport à la capacité du secteur associatif de garantir et gérer la qualité de ses services, aussi dans d'autres domaines que celui de l'autodéfense. Deux solutions sont possibles pour l'avenir : soit la formation peut être proposée à titre gratuit, ce qui suppose un investissement de la part des pouvoirs publics encore plus important, soit Garance annonce la formation au moins six mois d'avance pour laisser aux associations le temps nécessaire pour trouver les fonds pour payer le prix global, ce qui suppose également un investissement plus important des pouvoirs subsidants.

Une autre leçon que nous en tirons est qu'il est impossible d'accommoder toutes les candidates dans la même formule de formation. Cette fois-ci, nous avons surtout touché des participantes jeunes sans enfants (5) ou avec des enfants plus âgés et/ou un autre parent qui puisse les prendre en charge (3). Si nous voulons aussi toucher des participantes avec des jeunes enfants, il sera nécessaire d'organiser la formation sans modules en résidentiel et/ou avec gardiennage pour les enfants. En ce qui concerne les volontaires actives dans le secteur associatif, il sera nécessaire de concentrer la formation plutôt sur les week-ends et/ou de faire reconnaître la formation pour l'attribution des congés de formation afin qu'elles puissent y participer à côté d'un travail rémunéré.

4. Évaluation de la qualité de la formation

4.1. Évaluation de la formation collective

La formation collective avait lieu en 19 jours de formation, dont 6 jours individuels, un bloc de trois jours et deux blocs de cinq jours. Lors de ces journées, le groupe a abordé tous les contenus prévus dans le programme de formation et a pu les approfondir au fur et à mesure. Tous les moments de formation collective avaient lieu comme prévu dans le planning. Le degré global de participation était de 90%. Nous constatons que les participantes avaient toujours des bonnes raisons pour leur absence (maladie, travail pour leur propre organisation, congé de maternité) et qu'aucune participante a abandonné la formation en cours de route, ce qui est déjà un premier critère de qualité.

	12/06	01/07	02/07	03/07	04/07	05/07	06/07	07/07	09/07
Présences	8	8	7	8	5	7	8	7	7
Raisons d'absence			Mal.		2 mal. 1 trav.			Trav.	Congé mat.

Nous avons, pour chaque moment de formation collective, évalué la satisfaction des participantes ainsi que leur progrès par rapport à leurs objectifs principaux : apprendre pour elles-mêmes de prévenir les violences et apprendre à transmettre ce savoir, et cela par rapport aux techniques de défense physique, verbale, mentale et émotionnelle, ainsi que par rapport aux réflexions théoriques, les outils didactiques et de gestion de groupe. Pour cela, nous avons mené une évaluation orale en groupe et une évaluation anonyme par questionnaire. Sur toute la longueur de la formation, les évaluations orales et écrites étaient globalement positives.

Tout d'abord, les participantes ont toujours coté plus haut l'utilité des techniques, réflexions et outils que leur progrès d'apprentissage, ce qui est un indicateur qu'elles ont continué d'apprendre tout au long de la formation. Elles ont démontré dans les évaluations une préférence pour les techniques de défense physique et verbale, suivi par la didactique spécifique des formations en autodéfense et la réflexion sur les sujets proches. Le seul chapitre traité à chaque formation collective étaient les techniques physiques de défense ; la didactique et la réflexion avaient lieu 8 fois et la défense mentale a reçu de l'attention particulière sept fois. Étaient le moins souvent traitées la défense verbale et la gestion des émotions, un manque que certaines participantes ont identifié comme important par rapport à leur apprentissage. C'est effectivement un déséquilibre au niveau du contenu que nous devons ajuster lors de la formation continue.

Les participantes se sont senties soutenues par les formatrices et le groupe dans leurs processus d'apprentissage, notamment par le respect, la patience, l'humour et l'écoute qui régnaient. Elles exprimaient souvent le plaisir de se retrouver et de pouvoir échanger leurs expériences au niveau de leurs propres capacités de prévention de violences, ainsi que par rapport à l'animation des groupes.

La première semaine de formation avait le but de créer une solidarité et confiance de groupe, car les participantes devaient travailler ensemble et parler de sujets souvent personnels tout au long de la formation. Elle était organisée de manière qu'en matinée, elles ont suivi un cours d'autodéfense conventionnel, en après-midi, elles ont approfondi la réflexion sur le cadre théorique de l'autodéfense et sur les outils didactiques utilisés, et en soirée, elles ont rencontré des membres de Garance avec qui elles ont discuté de leur expertise spécifique (genre, accueil aux victimes, autodéfense avec les femmes issue de l'immigration). Dans les questionnaires d'évaluation, les participantes mettent en avant que la formation leur pose beaucoup de questions sur leurs propres pratiques et que les contenus sont importants pour chaque femme, tout en restant accessibles. Une surprise était qu'un sujet si sérieux pourrait être travaillé de manière si ludique. La qualité des intervenantes en soirée était mise en avant également. Le premier module leur a procuré une certaine orientation par rapport aux contenus de la formation et leur future activité en tant que

formatrice. Mais au même moment, elles ont senti une tension, car elles avaient encore beaucoup de choses devant elles et parce qu'elles n'avaient, bien sûr, pas encore tout intégré.

Les journées de formation avaient le but d'offrir une occasion de s'échanger régulièrement sur les progrès d'apprentissage et les expériences dans le cadre professionnel et privé. La matinée était consacrée à l'apprentissage ou l'approfondissement de techniques de défense physique, l'après-midi à la réflexion, la didactique et des outils verbaux, mentaux et émotionnels de défense. La première journée de formation a représenté un changement important dans le rythme que les participantes ont remarqué. Elles disent que c'était une journée intensive, qu'il y a eu moins de moments de détente et d'humour, une observation qui a continué pendant les autres journées individuelles de formation. De plus, il y avait un problème de structuration dans l'après-midi ce qui a mené à des longues discussions sans véritable résultat. Nous en avons tiré les conclusions et avons organisé les moments de réflexion des journées de formation suivantes de manière plus claire et ciblée, avec succès.

La logique du programme a fonctionné dans la mesure où chaque participante rapporte au fur et à mesure d'avoir fait du progrès dans les différents domaines de la formation. En moyenne, les cotations sur ce point augmentent peu à peu tout le long de la formation, mais pas de manière linéaire. Les « rechutes » sont sans doute liées au fait que la répétition et l'approfondissement de certains points alternaient avec des nouvelles techniques et sujets qu'il fallait d'abord apprivoiser. Ce rythme d'apprentissage a permis que les participantes indiquent une réussite d'apprentissage de plus de 4 sur six dans tous les domaines sauf la gestion des émotions, chapitre qui n'a pas assez souvent été abordé. Elles se sentent les plus confiantes dans le champ des techniques physiques ce qui était aussi le sujet le plus souvent abordé.

La formation collective a fini avec un deuxième bloc de cinq jours qui était une occasion pour chacune d'appliquer ce qu'elle avait appris lors de la formation. En matinée, chaque participante était responsable d'animer un chapitre de défense physique avancée (au-delà des techniques utilisées dans un cours de base) tiré au sort, ainsi que la kata rouge. Malgré des grandes résistances, chaque participante a réussi d'effectuer la kata rouge, et les animations ont montré que non seulement chacune avait bien intégré les techniques de défense physique, mais aussi que chacune apporte un style individuel à l'autodéfense pour femmes, ce qui constitue un enrichissement pour les pratiques de Garance. Les après-midi étaient consacrés à la discussion et réflexion sur les divers domaines de la formation où, de nouveau, chaque participante a démontré qu'elle s'est appropriée les contenus de l'autodéfense en y donnant sa touche personnelle. Nous avons observé que ce dernier bloc a d'abord créé beaucoup de nervosité et une « angoisse d'examen », malgré nos assurances qu'il ne s'agissait pas d'un examen ni écrit, ni pratique. La formule d'épreuves que nous avons choisie a augmenté la confiance en leurs capacités d'animation et d'autodéfense, et les participantes se sentent prêtes pour faire leurs premiers pas seuls comme formatrices. Nous avons réussi de leur procurer un sentiment d'accomplissement et de clôture, tout en les orientant à l'avenir. L'évaluation finale de la formation était globalement positive.

Malgré ces succès, il y avait aussi des moments difficiles dans la formation collective. Comme dans tous les groupes, le contact avec les autres membres du groupe n'était pas toujours évident, dû à la diversité des personnalités et expériences. Comme les moments de formation collective étaient fort chargés, la fatigue et le manque de concentration ont parfois diminué le plaisir du travail ensemble. Au niveau des contenus, trois domaines ont créé des difficultés pour certaines, notamment le développement de la voix pour crier, les techniques au sol qui demandent plus de force physique et la transmission de l'entraînement mental. Nous ne considérons pas négatives ces difficultés car nous sommes convaincues que la déconstruction de l'auto-image sexuée de femme faible et passive joue aussi et surtout un rôle pour des futures formatrices. Si elles ont expérimenté elles-mêmes que ce n'est pas si évident que ça de laisser derrière soi des vieilles habitudes et certitudes, elles auront plus facile de réagir de manière flexible et compréhensive aux difficultés et résistances que manifestent les participantes dans leurs formations.

Ce que les participantes ont considéré particulièrement important était étroitement lié à la déconstruction du genre aussi : la réflexion sur les violences et le genre, le plaisir de bouger et d'expérimenter les capacités de son corps, de prendre conscience de sa force et l'entraînement mental. Elles constatent aussi que le sentiment d'insécurité et d'impuissance face aux violences diminue au long de la formation. Des points forts de la formation pour elles sont, de plus, le lien entre contenu professionnel et vie privé et la construction collective des savoirs - ce qui constitue les principes principaux de la pédagogie féministe et donc de cette formation - les mises en situation par rapport à la didactique et la gestion de groupe et le fait que la formation collective et les co-animations fonctionnent en parallèle. Un plus pour elles était la discussion sur le travail autour de l'autodéfense, notamment la communication avec leur public, l'intégration du projet dans leur organisation et les relations avec les médias. Pour clôturer avec quelques citations : « Ce que nous voyons [dans la formation] est toujours transposable à notre quotidien. » « La formation, après plusieurs mois, m'a permis [de] prévenir quelques [agressions]. » « Un grand grand merci ! Pour la confiance que j'ai acquise en tant que personne et en tant que formatrice (future !). Et pour toute cette masse de transmission, tout ça emballé dans un contexte très chouette ! »

Nous n'avons malheureusement plus eu le temps de demander nos organisations partenaires d'effectuer aussi une évaluation de la formation de leur point de vue ; mais de toute façon, une telle évaluation sera plus riche une fois que les nouvelles formatrices seront en action dans leurs organisations. Nous planifions de les consulter en juin 2008 sur leur point de vue sur cette formation et ce qu'elle leur a apporté.

Leçons :

- Les données d'évaluation de chaque module nous permettront de mieux préparer et animer une formation suivante.
- La formation informelle orale ne fournit pas assez d'éléments pour pouvoir améliorer nos pratiques ; elle doit être complétée par l'évaluation plus formelle et anonyme par questionnaires.
- Nous avons aussi constaté une certaine « fatigue de questionnaires » lors des évaluations de chaque journée de formation. Pour une future formation, il faudrait prévoir des questionnaires d'évaluation plus courts pour ces journées.
- La logique pédagogique et didactique de la formation a porté ses fruits ; il est néanmoins nécessaire d'adapter certains points dans des futures formations et de rester flexible sur toute la longueur de la formation pour les demandes et critiques des participantes.
- Nous avons consacré trop peu d'attention à la défense verbale et à la gestion des émotions. Un jour de formation de plus permettrait de travailler ces domaines de l'autodéfense de manière suffisante ; de plus, ces sujets devraient être espacés sur toute la longueur de la formation.
- La kata rouge ne provoque pas beaucoup d'enthousiasme, mais a quand même le rôle de rassurer les participantes de leurs capacités en défense physique, d'ajouter une facette supplémentaire à l'entraînement mental, et, comme effet secondaire qui n'était pas prévu, de renforcer la solidarité et les liens dans le groupe.

4.2. Évaluation de la formation individuelle

En complément aux journées de formation, chaque participante avait aussi un accompagnement individuel à suivre. Le but de cet accompagnement était de la préparer à sa future activité de formatrice de manière concrète et proche de la pratique, sans pour autant négliger les sauvegardes nécessaires pour son évolution professionnelle et privée ainsi que pour les groupes qu'elle anime. L'accompagnement individuel consiste en un stage d'observation, deux stages de co-animation, un stage d'animation supervisé et le développement d'un projet d'intégration de l'autodéfense dans son organisation (voir prochain chapitre).

Dans un stage d'observation, c'est une formatrice expérimentée qui anime le groupe, tandis que la participante observe les processus d'apprentissage et les techniques et outils didactiques mis en place par la formatrice. De cette manière, elle élabore un planning écrit de la formation, ce qui lui permet d'approfondir les techniques et les outils didactiques qu'elle a déjà vu dans le manuel et dans la formation collective. Elle peut aussi voir comment une formatrice expérimentée gère des résistances et d'autres situations problématiques dans le groupe, quels arguments et anecdotes elle utilise pour développer sa crédibilité et comment l'autodéfense peut être adaptée à son futur public.

Sur cette base, la participante planifie sa première co-animation avec une formatrice expérimentée. La planification concerne aussi bien les contenus et l'horaire du stage que l'organisation pratique sur place et la distribution de tâches entre elle et la formatrice. Ainsi elle peut successivement prendre des responsabilités dans un groupe d'autodéfense, d'abord pour des exercices et jeux isolés, puis pour des processus plus globaux. La formatrice observe son progrès et oriente ses lectures et préparations afin qu'elle puisse s'appropriier tous les domaines de l'autodéfense. Pour ce faire, nous avons développé un formulaire de co-évaluation pour faciliter l'analyse uniforme du progrès des participantes.

Néanmoins, il n'était pas facile de trouver assez de ressources libres dans leur emploi du temps quotidien pour organiser ces stages, d'autant plus que des maladies et une grossesse ont interrompu la participation de certaines. C'est ainsi qu'en fin de septembre, seulement les stages d'observation et la première ronde des stages de co-animation étaient absolvés par toutes les participantes. Deux participantes doivent encore faire le stage de co-animation II et 5 le stage en supervision. Ces stages sont planifiés pour novembre/décembre 2007, sauf un stage qui aura lieu en janvier 2008. Quand toutes les participantes auront accompli leurs devoirs, Garance organisera une remise de diplômes collective (fin janvier 2008).

Le groupe de formation était unanime par rapport à l'accompagnement individuel : il était nécessaire et formait un complément parallèle à la formation collective. Chaque

Nous tirons quelques conclusions de ces expériences :

- Le régime de quatre stages avec des responsabilités croissantes semble efficace pour s'approprier les ficelles concrètes du métier de la formatrice d'autodéfense. Il est important d'appliquer les mêmes critères d'évaluation à toutes les participantes, tout en leur laissant de l'espace pour développer leur style personnel.
- Pas toutes les organisations partenaires ont réussi d'organiser assez de stages dans les délais prévus. Mis à part des événements imprévus comme une maladie grave ou une grossesse, nous constatons que ce sont surtout les maisons d'accueil qui ont des difficultés à recruter un public suffisant, sans doute parce que le public des femmes hébergées ne se renouvelle pas assez rapidement. Nous envisageons à l'avenir d'espacer la formation un peu plus pour permettre à ces organisations de s'adapter.

5. Évaluation de l'intégration de l'autodéfense dans les organisations partenaires

Déjà lors de la phase de recrutement des participantes, nous avons mis beaucoup d'attention sur le développement de partenariats durables avec les organisations qui envoient une de leurs travailleuses à notre formation. Pour ce faire, des rencontres personnelles ont eu lieu avec chacune des associations, et nous avons clarifié les conditions du partenariat dans une convention. Ces conventions règlent non seulement la relation entre Garance et les organisations partenaires pendant la formation, mais aussi après (droits d'auteur, communication vers l'extérieur, mise en réseau, possibilité de supervision pour les futures formatrices).

De plus, chaque participante avait comme tâche de développer un projet d'intégration de l'autodéfense dans son organisation. Ceci pour faciliter l'intégration de cette nouvelle activité dans le programme de leur organisation de manière faisable et durable. En fin de septembre 2007, une seule participante doit encore nous faire parvenir son projet d'intégration, ce qui est planifié pour décembre. Les projets que nous avons reçu étaient d'une qualité gratifiante et ont non seulement exploré la compatibilité d'une formation d'autodéfense avec les missions de leur organisation, mais aussi les investissements matériels nécessaires, l'évaluation de ces activités ou encore le recrutement de participantes. Un autre point d'attention était surtout comment le concept devra être adapté aux besoins spécifiques de leurs publics cibles.

Par exemple, les maisons d'accueil vont plutôt pencher pour des groupes ouvertes qui se rencontrent au rythme hebdomadaire pour deux heures. Ceci nécessite une approche qui intègre éléments de techniques de défense combinés avec des exercices de bien-être et un travail sur la confiance en soi. Ainsi, ces groupes d'autodéfense trouveront leur place dans le travail de reconstruction du soi que ces organisations offrent aux femmes victimes de violence conjugale. D'autres participantes ont pensé leur activité plus dans la direction des jeunes femmes (FPS Luxembourg), les femmes avec handicap mental léger (ASPH Luxembourg), les femmes trans et les travailleuses du sexe (Garance B). Tous les projets proposés sont prometteurs tant à leur qualité pédagogique qu'à la durabilité et faisabilité des activités. Tout cela donne des perspectives intéressantes pour la conceptualisation de notre travail, ainsi que pour la formation continue des formatrices.

Si cette intégration portera des fruits reste à constater. Nous prendrons le temps vers juillet 2008 pour évaluer l'impact des nouvelles formatrices sur le fonctionnement de Garance et leurs propres organisations.

Leçon apprise :

- Il ne suffit pas de proposer une formation, même de haute qualité, à des travailleuses du secteur associatif. Des problèmes institutionnels (financement, conflits entre collègues...) peuvent rendre une formation réussie inutile pour l'organisation qui y a investi. C'est pourquoi il est nécessaire d'accorder de l'attention déjà pendant la formation à ce que les participantes souhaitent en faire et de quels moyens elles auront besoin, une fois diplômées. La solution que nous avons trouvée est celle du projet d'intégration, mais cela reste toutefois un travail individuel de la participante. Elle pourra l'utiliser pour défendre son projet à l'intérieur de son organisation.

6. Évaluation de la mise en réseau

Jusqu'à nouvel ordre, les formatrices de Garance poursuivaient leurs activités en Communauté française du siège de Garance à Bruxelles. Les nouvelles formatrices seront implantées dans des équipes pluridisciplinaires sur tout le territoire de la Communauté française. Pour une gestion de la qualité des interventions en autodéfense et pour la formation continue des formatrices, un réseau est nécessaire qui permettra d'informer et de soutenir à distance les nouvelles instructrices.

Dès le début, les participantes étaient mises en contact non seulement entre elles, mais aussi avec d'autres membres de Garance qui apportent chacune une expertise spécifique en matière de prévention des violences. Les journées de formation étaient ouvertes pour d'autres femmes actuellement en formation chez Garance mais ne pas appartenant à ce groupe-ci, et l'intégration de ces femmes était un succès. Lors du long week-end en juillet, des membres de Garance se sont de nouveau intégrés au groupe de formation, et une réflexion commune sur des critères de qualité avait lieu. Finalement, lors du dernier bloc collectif de la formation, tout un après-midi était consacré à la question comment les participantes et Garance peuvent évoluer ensemble après la fin du projet.

Dans cette discussion, certaines ont exprimé le désir de se faire membre de Garance à titre individuel pour porter ce projet. En effet, trois des huit participantes sont actuellement membres de Garance. De plus, toutes les participantes disaient vouloir rester en contact pour pouvoir continuer la réflexion et échanger leurs expériences. C'est pourquoi Garance a mis en place en septembre un e-group, securifem@yahoogroups.com, qui sert comme outil de communication. Six participantes ainsi que les deux formatrices sont abonnées sur cette liste et s'échangent déjà documents, liens et idées.

Nous avons aussi abordé la question d'inviter d'autres formatrices d'autodéfense francophones dans ce réseau, des formatrices qui ressortent d'autres écoles (surtout le Wendo et le Fem Do Chi). La réponse du groupe était unanime : d'abord le réseau de Garance doit évoluer et se renforcer, les formatrices doivent faire leurs premières expériences autonomes, avant que le réseau puisse s'ouvrir à d'autres pratiques. Pour ce moment-là, des idées incluent un entraînement estival commun et interdisciplinaire, l'intégration des dates de cours d'autres formatrices sur le site web de Garance et des co-animations interdisciplinaires. Des premiers contacts existent avec d'autres formatrices, mais nous attendrons d'abord le feu vert du réseau actuel avant de les inviter officiellement.

Le groupe de formation a également décidé qu'une formation continue sera nécessaire après la fin du projet. Cette formation continue va avoir lieu en 2008 à un rythme trimestriel. Pendant un après-midi de supervision, les participantes vont échanger leurs expériences et pouvoir apporter des cas et des questions concrètes afin de recevoir le soutien du groupe et de Garance ; en soirée, le groupe va répéter des techniques de défense et approfondir certains aspects. Toutes les nouvelles formatrices se sont engagées d'y participer. Les sujets ont déjà été fixés pour ces formations :

- Janvier : techniques au sol et
- Avril : gestion des émotions
- Fin juin : leviers clés
- WE de Garance (fin juin ou fin août) : armes
- Septembre : sujet à définir

Nous en tirons la conclusion qu'il est important pour la confiance de futures formatrices de leur proposer différentes manières de rester en contact et d'obtenir du soutien. Cette mise en réseau n'apporte pas uniquement du soutien aux formatrices individuelles, mais injecte aussi une nouvelle énergie et un regard critique sur les pratiques chez Garance.

7. Conclusions

Nous avons pu démontrer dans les chapitres précédentes que la formation de formatrices en autodéfense pour femmes adultes de 2005/07 a été un succès sur tous les niveaux, mis à part le recrutement insuffisant. Voici un vue globale sur nos objectifs opérationnels, les indicateurs de réussite que nous nous avons fixés et comment nous les avons réalisés.

Objectif opérationnel	Indicateurs de réussite	Statut	Commentaire
Développement d'un manuel de formation	Manuel de formation de base prêt pour le 1 ^{er} bloc	ok	
	Manuel de formation complété et révisé prêt à la fin du 2 ^{ième} bloc	ok	une révision n'était pas nécessaire
	Évaluation positive par participantes (utilité, lisibilité)	ok	
Recrutement d'un groupe de formation diversifié et qualifié	6 participantes de RBC, 8 participantes de RW dont une de chaque province	2 participantes de RBC, 6 participantes de RW de 4 provinces	Voir analyse p 5-7
	8 participantes sur 14 du secteur éducation permanente, dont 5 travaillant avec femmes issues de l'immigration	3 participantes sur 8 du secteur éducation permanente, 6 participantes travaillant avec femmes issues de l'immigration	
	3 participantes sur 14 issues de l'immigration	2 participantes sur 8 issues de l'immigration	
Réalisation d'une formation de qualité	Évaluation continue des participantes est positive	ok	
	Évaluation finale des participantes est positive	ok	
	Évaluation finale des organisations partenaires est positive		À faire (juin 2008)
	12 sur 14 réussissent la formation	8 sur 8 réussissent la formation	
Intégration de l'autodéfense dans le travail des organisations partenaires	Conventions avec toutes les organisations partenaires	ok	
	Participantes proposent des projets réalisables et durables d'intégration dans leur organisation	ok	
Création d'un réseau de formatrices d'autodéfense	Un concept de réseau à la fin de la formation	ok	
	Toutes les participantes se font membre du réseau	ok	

Cette formation a aussi été une occasion pour Garance de faire avancer la conceptualisation de notre travail. Nous constatons que nous sommes mieux connues, aussi en Région wallonne, qu'avant, que notre réputation s'est améliorée et que le nombre de nos formations et la proportion des stages organisés en Wallonie a augmenté significativement en 2007. De plus, nous avons développé des outils qui nous permettront à l'avenir d'organiser de nouvelles formations avec moins de travail préparatoire, tout en augmentant leur qualité sur base des leçons que nous avons pu en tirer.

8. Calendrier des événements

Date	Organisation(s)	Activité
11-15/12/06	Garance	Semaine de formation
12/01/07	Garance	Journée de formation
20+21/01/07	Garance/A	Stage d'observation
27+28/01/07	Garance/B	Stage d'observation
15+16/02/07	Garance/CVEF	Stage d'observation
23/02/07	Garance	Journée de formation
5+6/03/07	Garance/CVEF	Stage de co-animation I
12+13/03/07	Garance/FPS Luxembourg A+B	Stage d'observation
23/03/07	Garance	Journée de formation
24+25/03/07	Garance/Églantier	Stage d'observation
31/03+1/04/07	Garance/A	Stage en co-animation I
10+24/04/07	Garance/MM Fernand Philippe	Stage d'observation
13/04/07	Garance	Journée de formation
16+17/04/07	Garance/FPS Luxembourg A	Stage de co-animation I
16+17/04/07	Garance/FPS Luxembourg B	Stage de co-animation I
18+25/4, 2+9/5/07	Garance/B	Stage de co-animation I
3+4/05/07	Garance/Maison du Pain	Stage d'observation
5+12/05/07	Garance/FPS Luxembourg A	Stage de co-animation II
18/05/07	Garance	Journée de formation
24+25/05/07	Garance/CVFE	Stage de co-animation II
4+5/06/07	Garance/CVFE	Stage en supervision
5+12/06/07	Garance/MM Fernand Philippe	Stage de co-animation I
7+8/06/07	Garance/Maison du Pain	Stage de co-animation I
14+15/06/07	Garance/B	Stage de co-animation II
16+17/06/07	Garance/Églantier	Stage de co-animation I
19+26/06/07	Garance/FPS Luxembourg B	Stage de co-animation II
22/06/07	Garance	Journée de formation
6-8/07/07	Garance	Week-end de formation
16+17/08/07	Garance/Maison du Pain	Stage de co-animation II
31/8+1/9/07	Garance/A	Stage de co-animation II
3-7/09/07	Garance	Semaine de formation
22+29/09/07	Garance/FPS Luxembourg A	Stage en supervision
22+29/09/07	Garance/FPS Luxembourg B	Stage en supervision