

Faculté de droit et de criminologie

Comment la stigmatisation de la société affecte-t-elle le bien-être psychologique et la réinsertion des anciens détenus ?

NOM et Prénom de l'étudiante : MORSOMME Zoé
Promoteur : JANSSEN Christophe
Année académique 2025-2026
Master [120] en criminologie, à finalité
spécialisée : criminologie de l'intervention

Plagiat et erreur méthodologique grave

Le plagiat, fût-il de texte non soumis à droit d'auteur, entraîne l'application de la section 7 des articles 107 à 114 du règlement général des études et des examens.

Le plagiat consiste à utiliser des idées, un texte ou une œuvre, même partiellement, sans en mentionner précisément le nom de l'auteur et la source au moment et à l'endroit exact de chaque utilisation*.

En outre, la reproduction littérale de passages d'une œuvre sans les placer entre guillemets, quand bien même l'auteur et la source de cette œuvre seraient mentionnés, constitue une erreur méthodologique grave pouvant entraîner l'échec.

* A ce sujet, voy. notamment
<http://www.uclouvain.be/plagiat>.

Engagement d'intégrité – Travaux écrits et mémoires d'étudiant.e.s

Je reconnais avoir pris connaissance des règles d'or de l'honnêteté intellectuelle ainsi que des Lignes directrices sur l'usage responsable des outils d'intelligence artificielle de l'UCLouvain (disponibles sur le site www.uclouvain.be/drt - page "règlements") et je m'engage à respecter les valeurs d'intégrité et d'honnêteté qui fondent les règles et recommandations adoptées au sein de la communauté universitaire.

En particulier :

Engagement sur l'authenticité de mon mémoire/travail écrit

- Je déclare sur l'honneur que j'ai préparé et rédigé moi-même ce mémoire/travail écrit.

Reconnaissance du plagiat comme faute

- Je suis conscient·e que le plagiat consiste à réutiliser d'autres documents et sources, même partiellement, sans mentionner le nom de l'auteur ni/ou de la source. Reproduire littéralement des passages d'un autre document, éventuellement traduits, sans les placer entre guillemets, même si l'auteur et la source de cette œuvre sont mentionnés, constitue également un plagiat.
- Je reconnais que le plagiat constitue une faute grave qui entraîne l'application de la section 7 des articles 87 à 90 du Règlement général des études et des examens (RGEE).
- Je m'engage à ce que mon mémoire/travail ne constitue pas une reprise, même partielle, d'un autre document publié ou non, attribué à une personne ou anonyme.

Engagement à citer mes sources

- Je m'engage à attribuer à leur(s) auteur(s) toutes les idées, informations, données sur lesquelles je m'appuie. Je m'engage à référencer tous les emprunts intégrés au mémoire/travail (sous la forme de phrases, graphes, cartes, schémas, tableaux, etc.). Les références (par exemple, en note de bas de page) sont conformes aux exigences académiques et scientifiques (telles que présentées dans les cours de méthodologie, les séances de formation liées au Séminaire d'accompagnement des mémoires en Master et les guides de citation).

Engagement quant à l'usage d'outils d'intelligence artificielle (IA) générative

- Je m'engage à utiliser les outils d'IA générative, en particulier les générateurs de textes, de manière responsable, comme complément de mon apprentissage et sans chercher à contourner les exigences académiques.
- Je m'engage à respecter les Lignes directrices relatives à l'usage responsable de l'IA générative. Elles m'obligent notamment à référencer adéquatement les outils d'IA lorsque je reprends de manière littérale les contenus qu'ils ont générés. En revanche, certains usages de ces outils, par exemple comme assistant linguistique (pour corriger l'orthographe, la syntaxe ou le style), ne doivent pas être mentionnés.
- Je suis conscient·e que les contenus générés par ces outils d'IA ne reflètent pas nécessairement les faits/sources et je m'engage donc à toujours vérifier l'exactitude de ces contenus dans une démarche scientifique.
- Je m'engage à respecter toutes les consignes spécifiques pour le travail/mémoire, ainsi que les exigences de transparence et de documentation du processus ayant abouti au travail/mémoire, notamment en sauvegardant les conversations avec ces outils d'IA.
- Je m'engage à fournir, sur demande, des explications sur la manière dont j'ai utilisé ces outils.
- Je reconnais que le non-respect de ces exigences et de l'intégrité académique peut constituer un abus et être considéré comme une irrégularité au titre des articles 107 et suivants du RGEE et entraîner des sanctions telles que prévues aux articles 111 et suivants du RGEE.

Remerciements

Je tiens tout d'abord à remercier mon promoteur, Monsieur Christophe Janssen, pour son accompagnement tout au long de ce travail, pour sa disponibilité, ses conseils ainsi que la confiance qu'il m'a accordée durant la réalisation de ce mémoire.

Je souhaite également remercier l'ensemble des personnes ayant accepté de participer aux entretiens réalisés dans le cadre de cette recherche. Leur temps, leur sincérité et le partage de leurs expériences ont constitué une aide précieuse et ont largement contribué à la richesse de ce travail.

Je remercie également mes parents pour leur soutien tout au long de ce mémoire, pour leurs relectures attentives, leurs remarques bienveillantes ainsi que leurs encouragements durant cette année.

Enfin, je tiens à remercier mes amis ainsi que mon compagnon pour leur présence au quotidien. Leur capacité à me remotiver dans les moments de stress ou de doute m'a beaucoup aidée tout au long de ce travail.

TABLE DES MATIÈRES

<i>Remerciements</i>	
I. INTRODUCTION	1
II. PARTIE THÉORIQUE	4
1. Fondements théoriques : comprendre la stigmatisation.....	4
1.1. Définition et formes de stigmatisation.....	4
1.1.1. Définition	4
1.1.2. Distinction entre discrimination et stigmatisation	5
1.1.3. Dimension intersectionnelle de la stigmatisation	7
1.2. Les mécanismes psychologiques du stigmate.....	9
1.2.1. Effets sur l'estime de soi, le sentiment d'appartenance et la perception de soi.....	9
1.2.2. La construction sociale de l'identité à travers le regard d'autrui.....	11
1.2.3. La notion d'auto-stigmatisation	13
2. La prison comme espace producteur et révélateur de stigmatisation	15
2.1. La réalité carcérale et la construction du « statut de détenu »	15
2.1.1. L'expérience carcérale (rupture, contrôle et perte d'identité sociale)	15
2.1.2. Les attentes des détenus quant à la sortie	18
2.2. Le choc de la sortie et les croyances sociales sur les anciens détenus.....	20
2.2.1. Le décalage entre les attentes de libération et la réalité de la réinsertion.....	20
2.2.2. Les croyances collectives et stéréotypes associés aux anciens détenus.....	22
2.2.3. La persistance du stigmate post-carcéral dans le regard social.....	24
3. Les effets de la stigmatisation sur les anciens détenus	26
3.1. Effets psychologiques et identitaires	26
3.1.1. Dévalorisation, isolement, sentiment d'exclusion	26
3.1.2. Mécanismes de défense ou de compensation	28

3.2. Effets sur la réinsertion sociale et professionnelle.....	30
3.2.1. Difficultés à trouver un emploi, un logement	30
3.2.2. Perte de liens sociaux et familiaux.....	32
3.2.3. Risque de récidive.....	34
3.3. Stratégies de résistance et de reconstruction.....	35
3.3.1. Importance du soutien social (famille, accompagnement, associations)	35
3.3.2. Renforcer l'accompagnement intra-muros.....	37
 III. MÉTHODOLOGIE.....	40
1. Objectifs de la recherche.....	40
2. Choix de la méthodologie	41
3. Techniques de collecte des données.....	41
3.1. Entretiens semi-directifs	41
3.2. Analyse des données	42
3.3. Sélection des participants.....	43
3.4. Présentation des participants.....	43
4. Rapport critique.....	44
4.1. Biais méthodologiques.....	44
4.2. Axes d'amélioration méthodologiques	45
 IV. ANALYSE DES ENTRETIENS	46
1. Étiquette pénale.....	46
2. Détresse émotionnelle.....	50
3. Fragilisation identitaire et perte de repères	55
4. Méfiance mutuelle.....	58
5. Casier judiciaire et obstacles structurels	62
6. Stratégies d'adaptation et récidive	65
7. Rôle du soutien social	69

V. CONCLUSION.....	74
VI. BIBLIOGRAPHIE.....	78
VII. ANNEXES	83
Annexe 1 : Guide d’entretien semi-directif – Professionnel.....	83
Annexe 2 : Guide d’entretien semi-directif – Ancien détenu	86
Annexe 3 : Retranscription entretien 1	88
Annexe 4 : Retranscription entretien 2	111
Annexe 5 : Retranscription entretien 3	136
Annexe 6 : Retranscription entretien 4	157
Annexe 7 : Retranscription entretien 5	176

I. INTRODUCTION

« Le détenu, par définition, il est oublié par la société, il est oublié par les politiques parce qu'il n'a aucun droit au niveau civique, il est oublié par la société parce que tant que vous n'êtes pas directement concerné par la problématique auprès de vos proches ou vous-même, finalement la prison s'il y est, c'est qu'il a fait quelque chose, il a qu'à purger, il ne nous emmerde pas. » (Annexe 5). Cette phrase, prononcée par une assistance sociale rencontrée dans le cadre de cette recherche, illustre le désintérêt, la distance et les nombreux jugements qui entourent encore aujourd'hui la question carcérale. Elle met également en lumière la manière dont les personnes détenues sont régulièrement réduites à leur acte ou à leur statut pénal sans réelle prise en compte de leur vécu, leur parcours ou leur réalité humaine. Cette logique ne s'arrête pas nécessairement à la sortie de prison. En effet, les personnes anciennement détenues restent souvent perçues uniquement à travers leur passé pénal. Dans les discours médiatiques, politiques ou dans les conversations ordinaires, elles sont régulièrement réduites à leur statut de détenu, comme si cette étiquette suffisait à définir entièrement leur identité, leur valeur ou leur place dans la société.

Ce mémoire est né de ce constat et du malaise qu'il suscite. Lorsque la question de la prison est abordée, les discussions portent très souvent sur la criminalité, la récidive, la sécurité ou encore le coût du système carcéral. Pourtant, on parle beaucoup plus rarement du vécu humain des personnes qui sortent de prison, de leur état psychologique, de leur rapport aux autres ou encore des difficultés concrètes qu'elles rencontrent au moment de leur retour dans la société. Derrière l'image sociale du « détenu » se trouvent pourtant des individus avec une histoire, un passé, des traumatismes, des fragilités mais aussi des tentatives de reconstruction souvent invisibilisées. Beaucoup ont également connu, avant même l'incarcération, des parcours marqués par la précarité, les ruptures familiales, les addictions, les violences ou l'exclusion sociale. À travers ce travail, il semblait donc important de redonner une place à cette parole souvent absente des débats publics et de dépasser les représentations simplistes ou les jugements rapides qui entourent cette population.

L'objectif de cette recherche est ainsi de mieux comprendre comment la stigmatisation sociale affecte le bien-être psychologique et les possibilités de réinsertion des anciens détenus. Plus précisément, ce mémoire s'intéresse aux conséquences émotionnelles, identitaires et relationnelles du regard porté par la société après la prison. Le vécu abordé

dans cette recherche ne se limite donc pas uniquement à des difficultés matérielles ou administratives mais concerne également des dimensions plus internes et subjectives comme le sentiment de rejet, la honte, la peur du jugement, la colère, le découragement, la perte de confiance en soi ou encore l'impression de ne plus avoir sa place dans la société. Ces dimensions psychologiques s'entremêlent constamment avec des difficultés sociales très concrètes liées au logement, au travail, aux démarches administratives, aux relations familiales ou encore aux interactions quotidiennes avec les autres.

L'intérêt porté à cette thématique s'inscrit également dans une réflexion plus personnelle. Depuis longtemps, j'ai été touchée par le manque d'empathie et de nuance qui accompagne souvent les discussions autour des personnes détenues. Sur les réseaux sociaux, dans certains discours politiques ou même dans les conversations du quotidien, les propos tenus à leur égard sont parfois extrêmement violents et très peu nuancés. Beaucoup semblent considérer qu'une personne ayant fait de la prison mérite automatiquement tout ce qui lui arrive ensuite, y compris l'exclusion, le rejet ou l'absence d'aide. Pourtant, peu de personnes prennent réellement le temps de s'interroger sur les mécanismes sociaux qui peuvent mener à certaines trajectoires de vie, sur les effets psychologiques de l'incarcération ou encore sur les difficultés extrêmement importantes que représente le retour dans la société après plusieurs années d'enfermement. Bien entendu, il ne s'agit pas ici de nier les actes commis ni de remettre en question l'existence d'une intervention pénale. Cependant, punir ne devrait pas empêcher de comprendre, d'accompagner ou de permettre une reconstruction. À travers ce mémoire, j'ai donc voulu sensibiliser au parcours souvent difficile et laborieux que représente la sortie de prison ainsi qu'aux effets parfois destructeurs de la stigmatisation sociale sur les individus concernés.

Ce travail s'appuie à la fois sur une revue de la littérature scientifique et sur une recherche qualitative réalisée à travers cinq entretiens semi-directifs menés auprès de deux anciens détenus et de quatre professionnels travaillant dans l'accompagnement de personnes judiciairisées. Les entretiens ont été enregistrés, retranscrits puis anonymisés avec le consentement des participants avant d'être analysés au regard de la littérature existante.

La question centrale qui guide cette recherche est donc la suivante : « Comment la stigmatisation de la société affecte-t-elle le bien-être psychologique et la réinsertion des anciens détenus ? » Afin d'y répondre, plusieurs dimensions ont été explorées tout au long

de ce travail. Une première partie s'intéresse aux mécanismes du stigmatisme et à la manière dont celui-ci peut être intériorisé par les individus. Une attention particulière est également portée à l'impact de l'expérience carcérale, au choc du retour dans le monde extérieur ainsi qu'à la construction progressive d'un véritable « statut de détenu » qui continue parfois à marquer l'identité des individus après leur sortie. Le mémoire analyse ensuite les différentes formes de jugement, de méfiance et d'exclusion rencontrées dans les sphères sociales, professionnelles ou institutionnelles, ainsi que leurs conséquences psychologiques et relationnelles. Enfin, ce travail explore également les stratégies d'adaptation développées face à cette stigmatisation, qu'elles soient protectrices ou plus problématiques, ainsi que le rôle essentiel du soutien social, familial et associatif dans les processus de réinsertion.

Ce mémoire est structuré en quatre grandes parties. La première est consacrée à la revue de la littérature scientifique mobilisée pour comprendre les principaux concepts liés au stigmatisme et à la réinsertion post-carcérale. La deuxième présente la méthodologie utilisée pour réaliser cette recherche. La troisième développe l'analyse des entretiens menés auprès des anciens détenus et des professionnels rencontrés. Enfin, ce travail se clôture par une conclusion reprenant les principaux constats de la recherche ainsi qu'une réflexion plus personnelle et critique sur les enjeux humains et sociaux liés à la stigmatisation des anciens détenus.

II. PARTIE THÉORIQUE

1. Fondements théoriques : comprendre la stigmatisation

1.1. Définition et formes de stigmatisation

1.1.1. Définition

L'origine du terme « stigmatisation » remonte à l'Antiquité grecque où le « stigmat » désignait une marque corporelle imposée à certains individus, comme les esclaves, les criminels ou encore les traîtres, afin de signaler publiquement leur dévalorisation morale ou sociale (Goffman, 1986). Ce signe visible permettait d'identifier ces personnes comme indésirables et de légitimer leur mise à l'écart dans l'espace social. Actuellement, son usage conserve une signification proche de son sens initial dans la mesure où il renvoie principalement à la disqualification sociale et morale d'un individu plutôt qu'à la simple présence d'un signe matériel. La stigmatisation ne se réduit donc pas à une caractéristique observable mais renvoie à la signification sociale qui lui est attribuée (Goffman, 1986).

Pour comprendre ce phénomène, il est important de savoir que, dans les interactions sociales, les individus s'appuient sur des attentes et des catégories qui leur permettent d'anticiper les caractéristiques d'autrui. Ces anticipations renvoient à ce que Goffman (1986) appelle une « identité sociale virtuelle » construite à partir de normes et de stéréotypes partagés. Lorsque certaines informations viennent contredire ces anticipations, notamment par la révélation d'un attribut jugé comme défavorable ou déviant, un décalage apparaît entre l'identité supposée et l'identité réelle de la personne. Et c'est dans ce décalage que se construit le processus de stigmatisation. Nous pouvons donc dire que le stigmat correspond à un attribut perçu comme profondément dévalorisant, puisqu'il réduit l'individu à une identité discréditante. Toutefois, ce caractère stigmatisant ne réside pas dans l'attribut lui-même mais dans son inadéquation avec les normes sociales associées à un groupe donné (Goffman, 1986).

Cela signifie que le stigmat peut être compris comme un produit des normes sociales qui définissent, à un moment donné, quelles différences sont acceptables ou rejetées. Ainsi, une caractéristique, qu'elle soit liée à l'âge, à la santé, à l'origine ou au parcours de vie, ne devient stigmatisante que lorsqu'elle est perçue négativement par les autres (Dericquebourg, 1989). Le stigmat n'est donc pas une propriété intrinsèque de l'individu mais une

construction sociale qui varie selon les contextes et les systèmes de valeurs. Il prend sens dans le regard d'autrui, à travers les stéréotypes et les jugements qui déterminent ce qui est valorisé ou disqualifié dans une société donnée.

Dans cette logique, la stigmatisation peut être définie comme l'association d'une caractéristique à des stéréotypes négatifs qui entraîne une perte de statut et l'assignation à un groupe social dévalorisé. Ces caractéristiques sont souvent visibles ou difficilement dissimulables, ce qui expose les personnes concernées à des expériences répétées de rejet ou de discrimination. Les recherches montrent que ces expériences peuvent affecter la manière dont les individus se perçoivent eux-mêmes car elles fragilisent l'estime de soi et le sentiment de valeur personnelle (Wagner-Egger, 2021). De plus, la stigmatisation se caractérise par l'intériorisation de ces représentations qui viennent influencer le concept de soi et peuvent générer une souffrance psychique. La stigmatisation implique ainsi à la fois un regard social dévalorisant et un processus subjectif d'appropriation de ce regard (Leurent & Ducasse, 2023).

Enfin, il est important de préciser que la stigmatisation s'accompagne souvent de mécanismes de rationalisation sociale. C'est-à-dire que des discours explicatifs ou idéologiques sont mobilisés pour justifier l'infériorité supposée des personnes stigmatisées et légitimer leur mise à l'écart. Ces discours contribuent à banaliser les pratiques discriminatoires et à réduire concrètement les opportunités sociales des individus concernés (Goffman, 1986).

1.1.2. Distinction entre discrimination et stigmatisation

Dans la littérature scientifique, les concepts de stigmatisation et de discrimination sont fréquemment associées car ils font référence à des processus sociaux étroitement liés dans l'expérience des individus concernés. Cependant, plusieurs auteurs soulignent l'importance de les distinguer afin de mieux comprendre leurs mécanismes et leurs effets spécifiques (Dericquebourg, 1989 ; Dubet et al., 2023).

Comme nous avons pu le voir dans la section précédente, la stigmatisation repose sur des idées reçues et des préjugés négatifs qui conduisent une société à porter un regard

dévalorisant sur certains de ses membres. Ce processus peut amener à remettre en cause le respect de la dignité des personnes concernées et à les traiter différemment des autres. Des inégalités de traitement peuvent alors apparaître dans divers domaines de la vie sociale, comme l'accès au travail, au logement ou aux soins, entraînant une dégradation globale et durable de la qualité de vie (Yarrow, 2011). C'est précisément dans cette continuité que s'inscrit la discrimination. En effet, à la différence de la stigmatisation, la discrimination renvoie à un niveau plus concret, correspondant à un traitement inégal et illégal appliqué à une personne ou à un groupe dans une situation comparable. Elle se manifeste par des actions ou des décisions qui produisent effectivement des inégalités d'accès aux ressources, aux droits ou aux positions sociales (Dubet et al., 2023 ; CO.DES 06, 2024).

De plus, la manifestation de ces deux phénomènes varie selon les contextes, les situations et les individus. En effet, certains stigmates (liés à l'origine, au genre ou à l'orientation sexuelle, par exemple) peuvent être plus ou moins visibles ou activés, tout en restant présents en arrière-plan comme un risque potentiel. Ainsi, la stigmatisation peut exister sans donner lieu immédiatement à une discrimination observable, ce qui souligne l'importance d'une analyse contextualisée (Dubet et al., 2023).

Étant donné que la stigmatisation associe une identité à une valeur négative, les personnes concernées sont alors perçues à travers ce trait dévalorisant, ce qui favorise la suspicion, la méfiance, l'évitement ainsi que des manifestations telles que des moqueries, des insultes ou de la violence et peut déboucher sur des discriminations concrètes. Cela entraîne une vigilance particulière chez les personnes concernées liée au fait de savoir qu'elles peuvent être discriminées à tout moment, sans pour autant pouvoir anticiper précisément quand ni comment cela se produira. Cette incertitude constante génère une forte charge mentale et contribue à créer un déséquilibre entre ceux qui sont exposés à ce risque et ceux qui ne le sont pas (Dubet et al., 2023).

Pour résumer, nous pouvons décrire la stigmatisation comme une succession d'étapes allant de la distinction et de l'étiquetage des différences, à leur association à des stéréotypes négatifs, à la séparation entre groupes sociaux, à la perte de statut social et, finalement, à la discrimination. Dans cette logique, la discrimination apparaît comme l'une des issues possibles du processus de stigmatisation, surtout quand les préjugés sont associés à des réactions émotionnelles négatives et à des comportements discriminants (Dubreucq, 2020).

1.1.3. Dimension intersectionnelle de la stigmatisation

L'approche intersectionnelle permet de souligner le caractère cumulatif de la stigmatisation. Dans la plupart des cas, les individus sont exposés simultanément à plusieurs stigmates qui peuvent se combiner, se renforcer ou se révéler mutuellement. Cette accumulation de stigmates entraîne un processus de marginalisation plus complexe.

Plusieurs études mettent en évidence que l'apparition d'un stigmat peut révéler ou renforcer des discriminations préexistantes. Par exemple, dans le champ de la santé, il est montré que l'atteinte par le VIH, en plus de constituer un stigmat en soi, peut agir comme un révélateur de discriminations antérieures liées à d'autres caractéristiques socialement dévalorisées, telles que la prostitution, l'homosexualité ou la transidentité. Dans cet exemple, la stigmatisation liée à la maladie vient s'ajouter à des condamnations morales, religieuses ou judiciaires déjà présentes renforçant la marginalisation globale des personnes concernées (Linard, 2025).

Ce type de configuration illustre le fait que les stigmates ne fonctionnent pas de manière indépendante mais s'inscrivent dans des rapports sociaux entremêlés. L'approche intersectionnelle repose précisément sur ce constat qui dit que la discrimination résulte de l'interaction entre plusieurs axes de différenciation sociale, tels que le genre, la race, la classe sociale, l'orientation sexuelle, le handicap ou l'âge (Bilge & Roy, 2010). Cette perspective critique les approches qui analysent les discriminations de manière séparée, au risque d'invisibiliser les personnes dont l'expérience ne correspond pas exactement à une catégorie prédéfinie car elles ne peuvent faire reconnaître la spécificité de leur situation. Cette logique contribue à masquer les discriminations complexes et imbriquées que subissent certaines personnes exposées à plusieurs stigmates simultanément (Bilge & Roy, 2010).

Dans la perspective intersectionnelle, l'identité et le concept de soi sont envisagés comme étant structurés par l'ensemble des appartenances sociales d'un individu. L'interaction entre ces différentes dimensions ne se limite pas à une simple addition de leurs effets mais produit des conséquences spécifiques, souvent amplifiées. De ce fait, les désavantages liés à ces catégories ont tendance à se renforcer mutuellement et à influencer durablement les trajectoires sociales. C'est dans ce cadre que certains auteurs évoquent une logique

multiplicative, selon laquelle l'exposition à plusieurs stigmates accroît mécaniquement l'intensité de la stigmatisation vécue (Faure & Ndobu, 2014).

L'approche intersectionnelle offre donc un cadre pertinent pour analyser les situations dans lesquelles plusieurs stigmates coexistent chez une même personne. Elle permet de comprendre comment ces stigmates interagissent pour produire des formes spécifiques de marginalisation, dépassant les effets attendus de chaque stigmaté pris isolément. De plus, elle s'avère particulièrement importante dans le cadre de ce mémoire. En effet, le stigmaté pénal s'articule fréquemment avec d'autres formes de stigmatisation :

- La stigmatisation liée à la santé mentale : elle repose sur des stéréotypes de dangerosité ou d'incompétence favorisant le rejet social, la discrimination et l'isolement, notamment dans des domaines comme l'emploi, le logement ou les interactions sociales (De Ara Carla & Bonsack, 2015).
- La stigmatisation raciale et ethnique : elle s'inscrit dans des rapports sociaux durables et produit des effets importants sur le bien-être, en générant stress chronique, anxiété, fatigue psychologique liée à l'exposition répétée au racisme et sentiment d'être perçu comme potentiellement menaçant (Wagner-Egger, 2021 ; Anderson & Bouyssou, 2015).
- La stigmatisation liée au chômage ou à la position sociale : elle peut contribuer à une dévalorisation identitaire en associant les individus à des représentations négatives telles que l'incompétence ou le manque de volonté, ce qui fragilise l'estime de soi et peut limiter l'engagement dans des démarches d'insertion (Bourguignon & Herman, 2005).
- La stigmatisation liée aux parcours migratoires et scolaires : elle génère un sentiment de rejet, une diminution du sentiment d'appartenance ainsi qu'une détresse psychologique liée à des expériences répétées de mise à l'écart (Ndengeyingoma, 2017 ; Yahyaoui, 2017).

Ainsi, lorsque ces différentes formes de stigmatisation se cumulent, elles participent à une fragilisation globale du bien-être psychologique et social des individus. Elles renforcent les sentiments d'exclusion, altèrent l'estime de soi et limitent les opportunités d'intégration,

soulignant ainsi la nécessité d'une lecture intersectionnelle pour comprendre pleinement les trajectoires des personnes concernées.

1.2. Les mécanismes psychologiques du stigmat

1.2.1. Effets sur l'estime de soi, le sentiment d'appartenance et la perception de soi

La littérature nous montre que la stigmatisation exerce des effets profonds sur le rapport que les individus entretiennent avec eux-mêmes, en particulier sur l'estime de soi, le sentiment d'appartenance sociale et la perception de leur propre identité. Ces dimensions sont étroitement liées et constituent des indicateurs centraux du bien-être psychologique.

L'estime de soi est généralement définie comme la valeur qu'un individu s'accorde en tant que personne à travers les jugements qu'il porte sur ses aptitudes, ses performances et son identité globale. Le fait d'avoir une bonne estime de soi est associé à un meilleur bien-être psychologique et physique ainsi qu'à une meilleure adaptation à l'environnement social (Croizet & Martinot, 2003 ; Yahyaoui, 2017). Sur le plan théorique, plusieurs modèles du concept de soi mettent en évidence le rôle central des interactions sociales dans la construction de l'image que l'individu se fait de lui-même. Certaines approches, comme celle du « soi miroir », suggèrent que l'estime de soi se construit à partir de la manière dont une personne pense être perçue et évaluée par les autres. Dans cette optique, le regard social agit comme un repère à partir duquel l'individu élabore ses jugements sur sa propre valeur. Dès lors, l'attribution d'une identité sociale dévalorisée par l'environnement social peut fragiliser le concept de soi et favoriser une diminution de l'estime personnelle (Croizet & Martinot, 2003).

Cependant, les résultats empiriques nuancent cette relation attendue entre stigmatisation et estime de soi. Une revue portant sur des groupes stigmatisés variés montre que ces groupes ne présentent pas systématiquement une estime de soi plus faible que les groupes non stigmatisés. En effet, les personnes stigmatisées semblent mobiliser des stratégies de protection de l'estime de soi qui leur permettent de maintenir une image de soi relativement positive malgré la dévalorisation sociale (Croizet & Martinot, 2003).

L'intensité des effets de la stigmatisation sur l'estime de soi varie selon certains facteurs (Croizet & Martinot, 2023) :

- La visibilité/invisibilité du stigmate : invisible, le stigmate peut compliquer l'accès à un groupe de référence et au soutien sociale, fragilisant ainsi l'estime de soi. Visible, il expose davantage aux jugements négatifs, tout en pouvant faciliter l'identification à un groupe partageant la même expérience.
- Les interactions avec des personnes non-stigmatisées : des interactions fréquentes avec le groupe dominant influencent les comparaisons sociales et peuvent renforcer des sentiments de dévalorisation, surtout lorsque ce groupe constitue la norme implicite.
- La perception d'une discrimination : stable et répétée, elle est associée à des effets particulièrement délétères sur la santé mentale et physique, contribuant à une dégradation du bien-être et de l'estime de soi (Croizet & Martinot, 2003).

Nous pouvons également observer les effets de la stigmatisation au niveau émotionnel. La honte et la culpabilité font partie des émotions les plus fréquemment rapportées. Étant souvent intériorisées et peu exprimées, elles peuvent être perçues comme légitimes par les individus eux-mêmes qui en viennent à considérer leur souffrance comme « normale » au regard de leur situation. Dans certains cas, des émotions telles que la colère ou l'agressivité sont elles aussi retournées contre soi plutôt qu'exprimées vers l'extérieur, ce qui peut affaiblir les capacités d'adaptation et favoriser l'installation d'états dépressifs (Linard, 2025). Plus largement, la stigmatisation agit comme une étiquette dévalorisante qui s'inscrit durablement dans l'identité. Le fait d'être perçu comme « différent » ou inférieur génère du stress et de l'anxiété pouvant altérer l'humeur et limiter l'engagement dans les activités quotidiennes. Cette assignation négative influence également les relations sociales en favorisant le retrait et l'isolement et contribue à renforcer un sentiment d'inadéquation ainsi qu'une image de soi fragilisée (Reatini, 2025).

Plusieurs études en santé mentale montrent que la stigmatisation peut avoir des effets durables sur l'adaptation sociale des personnes concernées. Le fait d'être préoccupé par le regard des autres est associé à des difficultés persistantes dans les relations sociales et la vie quotidienne (Bichsel & Conus, 2017). Ces effets peuvent être compris à travers le modèle stress–vulnérabilité–compétences. Selon ce modèle, la stigmatisation devient source de

stress lorsque les ressources de l'individu ne suffisent plus à y faire face. Ce stress dépend notamment de la manière dont la stigmatisation est perçue, de la sensibilité au rejet, de l'adhésion aux stéréotypes négatifs ou encore de l'identification au groupe stigmatisé. Lorsqu'il est élevé, il est associé à une augmentation de la honte, de l'anxiété sociale et de l'évitement, mais aussi à une baisse de l'estime de soi, à un sentiment de désespoir et à une détérioration du fonctionnement social (Dubreucq, 2020).

Les réactions individuelles face à la stigmatisation sont néanmoins hétérogènes. Certaines personnes réagissent par l'intériorisation du stigmate, d'autres par l'indifférence ou par une colère jugée légitime. Ces réactions dépendent notamment du degré d'identification au groupe stigmatisé et de l'acceptation ou du rejet des stéréotypes négatifs associés à ce groupe (Dubreucq, 2020).

Enfin, plusieurs travaux soulignent que la stigmatisation affecte directement le sentiment d'appartenance sociale. Le fait d'être perçu comme différent ou inférieur peut générer un sentiment de ne pas avoir sa place dans le monde social, voire de ne pas appartenir pleinement à la société. Cette expérience est associée à un sentiment de rejet, à une quête de reconnaissance souvent infructueuse et à une construction identitaire marquée par le manque et l'absence de regard valorisant d'autrui (Yahyaoui, 2017). Les expériences répétées de discrimination et l'anticipation du rejet contribuent à une perception négative de soi, à une augmentation de l'anxiété et de la dépression ainsi qu'à une diminution globale du bien-être psychologique et de la qualité de vie (Reatini, 2025).

1.2.2. La construction sociale de l'identité à travers le regard d'autrui

En psychologie sociale, l'identité est perçue comme un processus dynamique articulant des dimensions individuelles et sociales. Elle se construit à travers les interactions avec autrui, les contextes sociaux dans lesquels évolue l'individu ainsi que les jugements portés par l'environnement social. Autrement dit, l'identité prend la forme d'une représentation de soi continuellement façonnée par un double mouvement : se définir soi-même tout en étant défini par le regard des autres (Fischer, 2020 ; Cohen-Scali & Moliner, 2008). Dans cette perspective, l'identité sociale correspond à la manière dont un individu se définit à travers ses appartenances à différents groupes ainsi qu'à la valeur et aux émotions associées à ces appartenances. Elle constitue une composante centrale du concept de soi et s'inscrit dans des

processus de catégorisation sociale, permettant à la fois de s'identifier à certains groupes et de se distinguer d'autres. L'appartenance groupale peut alors conduire à un processus de dépersonnalisation, dans lequel les caractéristiques individuelles s'effacent au profit de traits perçus comme typiques du groupe. Les individus ont ainsi tendance à se percevoir et à agir davantage en fonction des normes et des représentations associées à leur groupe d'appartenance (Cohen-Scali & Moliner, 2008).

Il est important de relever que ces phénomènes reposent sur des schémas de soi, c'est-à-dire des représentations construites à partir des expériences personnelles et des évaluations sociales, qu'elles soient externes ou intériorisées. Ces schémas orientent la manière dont l'individu se perçoit et interprète son environnement social. Le concept de soi apparaît ainsi comme dynamique, évoluant en fonction des contextes, des interactions et des comparaisons sociales (Cohen-Scali & Moliner, 2008).

Enfin, les représentations sociales jouent un rôle structurant dans ces processus. En effet, elles définissent les groupes, orientent les comparaisons intergroupes et contribuent à maintenir une image positive de son propre groupe, souvent au détriment des autres. Elles participent ainsi activement à la construction de l'identité sociale, en lien avec les normes et les rapports de pouvoir présents dans la société (Cohen-Scali & Moliner, 2008).

Tous ces mécanismes prennent une dimension particulière dans les situations de stigmatisation. Le stigmatisé a conscience de l'être et doit composer avec le regard dévalorisant porté sur lui. Cependant, nous pouvons observer que les réactions face au stigmaté sont hétérogènes. Certains individus évitent d'autres personnes stigmatisées, tandis que d'autres cherchent au contraire à se regrouper. En effet, le regroupement peut atténuer le sentiment de singularité, favoriser les liens sociaux et permettre un partage d'informations sur les moyens de faire face à la stigmatisation. Il peut également conduire à la formation de minorités actives cherchant à modifier les attitudes de la majorité à leur égard (Dericquebourg, 1989).

Cependant, il est important de souligner que le discours stigmatisant exerce une influence déterminante sur les trajectoires identitaires. Le stigmatisé peut s'identifier à la représentation négative que la majorité se fait de lui, ce qui favorise l'auto-dévalorisation. À l'inverse, il peut rejeter cette représentation et s'engager, individuellement ou collectivement, dans des stratégies de résistance visant à redéfinir positivement son identité

sociale (Dericquebourg, 1989). Ces dynamiques montrent bien le rôle central du regard d'autrui dans la construction, la fragilisation ou la reconstruction de l'identité.

Cette confrontation au regard social peut générer des conflits internes importants. La révolte face à la stigmatisation est parfois difficile à soutenir psychologiquement. L'individu peut se sentir divisé entre ce qu'il est, ce qu'il ressent et la manière dont il a été construit au sein d'un système social qui le condamne, parfois après qu'il ait lui-même participé à des mécanismes discriminants (Linard, 2025). Cette tension identitaire peut illustrer la profondeur des effets de la stigmatisation sur le rapport à soi.

De plus, les effets de la stigmatisation sur les relations sociales renforcent encore ces processus identitaires. La peur d'être jugé négativement peut conduire à un retrait social, à l'évitement des interactions et à un isolement progressif tant dans la sphère personnelle que professionnelle. Ces mécanismes alimentent un sentiment d'aliénation et fragilisent l'identité sociale en réduisant les opportunités de reconnaissance et de soutien social (Reatini, 2025).

Nous pouvons donc observer que la construction de l'identité apparaît comme un processus profondément social dans lequel le regard d'autrui, les appartenances groupales et les représentations sociales jouent un rôle structurant. En contexte de stigmatisation, ces mécanismes peuvent fragiliser l'identité, accentuer les conflits internes et limiter les possibilités de reconnaissance tout en ouvrant parfois la voie à des stratégies de résistance et de redéfinition de soi.

1.2.3. La notion d'auto-stigmatisation

L'auto-stigmatisation désigne le processus par lequel une personne intériorise l'étiquette négative qui lui est assignée par autrui et adopte le point de vue de ceux qui la blâment ou la dévalorisent. Elle correspond ainsi à une appropriation des jugements sociaux négatifs portant sur des dimensions identitaires qui devraient pourtant être reconnues comme constitutives et légitimes de la personne (Linard, 2025).

Généralement, nous pouvons distinguer deux formes de stigmatisation, à savoir la stigmatisation publique, qui renvoie aux attitudes et croyances négatives portées par la société à l'égard d'un groupe, et l'auto-stigmatisation, qui correspond à la perte d'estime de

soi et de compétences personnelles résultant de l'internalisation de cette stigmatisation publique (Wagner-Egger, 2021). L'auto-stigmatisation apparaît donc comme un prolongement subjectif de la stigmatisation sociale qui transforme une contrainte externe en un mécanisme interne durable.

Plusieurs travaux montrent que l'auto-stigmatisation se développe lorsque les personnes s'identifient fortement au groupe stigmatisé tout en considérant les stéréotypes associés comme vrais et légitimes pour les décrire et les appliquent ensuite à elles-mêmes. L'auto-stigmatisation s'inscrit alors dans un remaniement identitaire profond au cours duquel l'identité sociale antérieure est progressivement remplacée par une identité dévalorisée (Dubreucq, 2020).

Ce processus présente de multiples conséquences. Tout d'abord, l'auto-stigmatisation est associée à une diminution de l'estime de soi, de l'espoir et du sentiment d'efficacité personnelle, à une augmentation des symptômes dépressifs, à un recours accru aux stratégies d'évitement social ainsi qu'à une altération du fonctionnement social et professionnel. Ensuite, elle affecte également la motivation à poursuivre des objectifs de vie et à s'engager dans les soins, notamment à travers ce qui est décrit comme le « why try effect », c'est-à-dire la perte du sentiment de légitimité à essayer ou à se projeter (Dubreucq, 2020).

De ce fait, certaines manifestations de l'auto-stigmatisation peuvent prendre la forme d'une auto-exclusion. En effet, les individus cessent de formuler des demandes d'aide, inversent leurs demandes ou mettent en échec les solutions proposées, se plaçant ainsi dans une situation équivalente à un rejet social effectif. Dans ce cas, les personnes deviennent en partie actrices de leur propre dévalorisation et de leur marginalisation (Yarrow, 2011).

À titre d'exemple, les travaux portant sur les adolescents issus d'immigration dans le cadre scolaire illustrent de manière particulièrement éclairante la dynamique active de l'auto-stigmatisation. Certains jeunes qualifiés de « violents », « dangereux » ou « à problèmes » s'approprient ces catégories et s'auto-stigmatisent dans une identité qui devient à la fois une réponse au regard social et un mode d'existence symbolique. Cette auto-stigmatisation peut s'inscrire dans une logique de lutte active passant par la transgression, la violence ou l'appartenance à une identité groupale perçue comme étayante (Yahyaoui, 2017).

Dans ces situations, l'auto-stigmatisation ne relève pas uniquement d'une passivité ou d'une résignation. Elle peut résulter d'un retournement de la passivité en activité dans lequel le

regard subi de l'autre devient un regard porté sur soi. Le stigmat est alors renforcé par l'auto-stigmatisation et l'auto-exclusion qui peuvent être vécues comme un choix, un moyen d'expression ou une manière de combler des failles identitaires. Ce processus est étroitement lié aux mécanismes de prophétie auto-réalisatrice. Les individus agissent en fonction des attentes négatives projetées sur eux, ce qui tend à produire les comportements conformément à l'image sociale qui leur est assignée et à valider les stéréotypes initiaux (Yahyaoui, 2017).

L'auto-stigmatisation peut ainsi être comprise comme un cercle vicieux dans lequel la stigmatisation sociale, l'intériorisation des stéréotypes et les comportements qui en découlent se renforcent mutuellement. Ce processus n'est toutefois ni systématique ni uniforme. Toutes les personnes stigmatisées ne développent pas une auto-stigmatisation et différentes réponses sont possibles face à la stigmatisation, allant de l'indifférence à la colère perçue comme juste en passant par l'auto-stigmatisation elle-même (Dubreucq, 2020).

2. La prison comme espace producteur et révélateur de stigmatisation

2.1. La réalité carcérale et la construction du « statut de détenu »

2.1.1. L'expérience carcérale (rupture, contrôle et perte d'identité sociale)

Il est essentiel de prendre conscience que l'incarcération représente une expérience sociale singulière qui implique une transformation intense des conditions de vie des individus. En plus de la privation de liberté, elle s'accompagne d'une série de ruptures sociales, de contraintes institutionnelles et de recompositions identitaires qui affectent le rapport que les détenus entretiennent avec eux-mêmes et avec la société de façon durable. En effet, l'entrée en prison marque l'accès à un nouveau statut social (celui de détenu) qui redéfinit la place de l'individu dans la société et influence la manière dont il est perçu et traité.

L'un des premiers effets de l'incarcération réside dans la rupture brutale avec l'environnement social habituel. En effet, même lorsqu'elle est de courte durée, la détention place l'individu dans un univers étranger caractérisé par l'isolement du reste de la société ainsi que par des règles, des rapports sociaux et des modes d'organisation radicalement différents de ceux qui structurent la vie quotidienne à l'extérieur (Larouche, 2008). L'incarcération s'accompagne donc d'une coupure avec les repères habituels et les réseaux

relationnels antérieurs, ce qui contribue à éloigner progressivement l'individu de ses rôles sociaux précédents.

Ceci s'applique notamment aux liens sociaux significatifs de l'individu : l'éloignement des proches, les contacts limités avec la famille ou les amis ainsi que l'impossibilité de participer aux événements de la vie quotidienne peuvent générer un sentiment d'impuissance et de frustration. Les détenus peuvent avoir l'impression d'être progressivement exclus de la réalité vécue par leurs proches, fragilisant ainsi leur sentiment d'appartenance au monde social extérieur (Larouche, 2008). À plus long terme, cette mise à distance peut également affecter les réseaux de sociabilité sur lesquels repose habituellement la construction de l'identité sociale et renforcer l'inscription de l'individu dans son nouveau statut de détenu.

De plus, l'expérience carcérale se caractérise par une perte conséquente d'autonomie et de contrôle sur les aspects les plus ordinaires de la vie quotidienne. Les comportements les plus simples, tels que se déplacer, ouvrir une porte ou encore organiser son emploi du temps, sont soumis à des règles strictes et à un encadrement institutionnel constant. Cette perte de contrôle peut être vécue comme particulièrement humiliante ou anxiogène et susciter de la colère, de l'impuissance ou de la confusion selon les individus (Larouche, 2008). Dans ce contexte, nous comprenons que l'environnement carcéral impose un cadre fortement structuré qui limite les possibilités d'initiative individuelle et qui rappelle continuellement à l'individu sa position subordonnée au sein de l'institution.

Nous retrouvons également l'organisation matérielle et sécuritaire de la prison qui participe à cette expérience de contrôle permanent. En effet, comme le souligne Caisne (2007), les déplacements sont étroitement surveillés, les rassemblements sont limités et les cellules s'ouvrent uniquement à des horaires précis. Les fouilles régulières, les inspections des cellules ou encore les contrôles corporels rappellent continuellement aux détenus la suspicion et la vigilance dont ils font l'objet. De ce fait, l'espace carcéral apparaît comme un environnement fortement régulé où les interactions et les déplacements sont soumis à des dispositifs de surveillance qui visent à prévenir tout risque perçu comme dangereux (Caisne, 2007). Ces pratiques institutionnelles renforcent l'idée que les individus incarcérés constituent une catégorie particulière de la population définie avant tout par sa dangerosité potentielle.

Ceci explique pourquoi l'expérience carcérale contribue à redéfinir le statut social de l'individu. Nous pouvons observer que l'incarcération tend à associer la personne à une identité de délinquant ou de détenu qui peut progressivement se substituer aux autres dimensions de son identité sociale. La personne détenue peut alors être perçue, tant par les institutions que par la société, à travers cette seule caractéristique, ce qui entraîne une forme de réduction identitaire (Larouche, 2008). Cela signifie que l'expérience de la détention imprime une marque sociale durable qui peut continuer à influencer la perception de l'individu au-delà de la période d'incarcération.

Cette transformation du statut social s'inscrit dans des processus plus larges de stigmatisation et de hiérarchisation sociale. Autrement dit, lorsqu'un individu est étiqueté et associé à un stigmate, il peut être progressivement placé dans une position inférieure dans la hiérarchie des statuts sociaux. La stigmatisation peut alors conduire à une perte de statut et à des formes d'inégalité de traitement dues au fait que la personne est perçue comme moins digne de confiance ou de reconnaissance sociale. Dans certains cas, cette dévalorisation peut aller jusqu'à une remise en cause de la reconnaissance même de son identité sociale ou de ses droits (Hovine & Brion, 2016). L'attribution du statut de détenu s'inscrit donc dans un processus plus large de désignation sociale qui contribue à redéfinir la place de l'individu dans la société.

D'un point de vue plus global, la prison modifie les rapports que les individus entretiennent avec leur identité personnelle. Le maintien d'une identité positive peut devenir difficile dans un contexte où les possibilités d'action sont limitées et où les individus sont constamment définis par leur statut de détenu. Afin de préserver une image de soi valorisante, certains individus mobilisent des références à des expériences ou à des rôles sociaux antérieurs à l'incarcération. Toutefois, lorsque ces expériences passées sont elles-mêmes marquées par des trajectoires sociales fragilisées, il peut devenir difficile d'envisager une identité différente de celle associée à la délinquance (Larouche, 2008).

Enfin, il est important d'aborder les conséquences psychologiques de l'incarcération qui constituent elles aussi un aspect important de cette expérience. La détention peut être associée à différentes formes de vulnérabilité psychologique, notamment en raison du stress, de l'isolement ou de la perte de repères sociaux (Mariaux, 2020). Certaines recherches mettent en évidence la présence fréquente de troubles psychologiques parmi les populations incarcérées ainsi que l'aggravation fréquente de difficultés préexistantes au cours de la

détention. De ce fait, l'expérience carcérale est souvent associée à une augmentation de l'anxiété, de la dépression ou de comportements d'isolement social ainsi qu'une diminution de l'estime de soi, une méfiance accrue envers autrui ou encore une dépendance progressive aux structures institutionnelles liée à la perte d'autonomie dans la gestion du quotidien (Mariaux, 2020).

Dans certains cas, l'expérience de l'incarcération peut également s'apparenter à un événement traumatique et entraîner des difficultés durables dans le fonctionnement psychologique et social des individus, ce qui a une influence sur les conditions de réinsertion dans la société. Les personnes libérées peuvent ainsi se retrouver confrontées à une combinaison de fragilités psychologiques, de stigmates sociaux et de difficultés socio-économiques qui compliquent leur retour dans la vie sociale ordinaire (Mariaux, 2020).

L'ensemble de ces éléments montre que l'incarcération ne se limite pas à une sanction juridique consistant en une privation de liberté. Elle constitue également une expérience sociale marquée par la rupture avec le monde extérieur, le contrôle institutionnel et la transformation du statut social de l'individu. Ces processus participent à la construction du statut de détenu et à une redéfinition de l'identité sociale qui peut influencer de façon durable la trajectoire des personnes concernées.

2.1.2. Les attentes des détenus quant à la sortie

La perspective de la sortie occupe une place centrale et permanente dans l'expérience carcérale. Même lorsque la libération est encore éloignée, elle constitue un horizon constant dans les représentations et les projections des personnes incarcérées. En effet, se projeter dans l'après-prison permet souvent de donner un sens à la détention et d'échapper symboliquement au quotidien carcéral marqué par la contrainte et la privation d'autonomie (Dindo, 2014).

Dans ce contexte, la sortie est fréquemment associée à l'espoir d'un retour à une vie considérée comme « normale ». Pour de nombreux détenus, cet idéal renvoie à l'accès à des repères sociaux ordinaires comme le logement, le travail et la stabilité relationnelle. En effet, ces éléments constituent en général les marqueurs d'une existence socialement reconnue et représentent l'objectif d'une réintégration dans le monde social ordinaire. Ce désir de « faire

comme tout le monde » traduit donc l'aspiration à retrouver une place légitime dans la société à travers des relations affectives, une activité professionnelle et une vie familiale (Chantraine, 2003).

Cette projection vers l'extérieur peut également prendre la forme de représentations très concrètes de la liberté retrouvée. En effet, les détenus imaginent des expériences simples (partager un repas, retrouver un proche, se promener librement, etc.) qui prennent une valeur particulière dans ce contexte où les possibilités de plaisir et d'expression individuelle sont fortement restreintes. Ces attentes liées à la sortie jouent un rôle très important dans la manière dont les personnes incarcérées supportent la détention et maintiennent une forme de perspective personnelle malgré les contraintes de l'enfermement (Dindo, 2014).

Cependant, la sortie n'est pas uniquement porteuse d'espoirs. Elle suscite aussi souvent de fortes incertitudes et des angoisses quant à la capacité à se réadapter à la vie sociale. Après une période d'enfermement, certains détenus expriment effectivement la crainte de ne plus être en mesure de fonctionner dans le monde extérieur ou de devoir reconstruire une existence dans un environnement devenu incertain. La perspective de devoir repartir de zéro, parfois sans ressources ni soutien, peut ainsi transformer la sortie en une étape ambivalente entre espoir et inquiétude (Dindo, 2014).

Il est important de souligner que ces appréhensions sont renforcées par la grande difficulté à se projeter dans l'avenir durant la détention. En effet, l'expérience carcérale modifie le rapport au temps et peut entraver la capacité des individus à élaborer des projets pour l'avenir. Le temps en prison est souvent perçu comme suspendu et répétitif, ce qui rend plus difficile l'anticipation concrète de la sortie et des étapes nécessaires à la réinsertion (Liwerant, 2001). De ce fait, penser à la vie à l'extérieur peut apparaître à la fois nécessaire et douloureux car certains détenus considèrent qu'il est important de préparer l'avenir, tandis que d'autres évitent d'y penser afin de supporter l'enfermement.

Cette ambivalence se retrouve également dans la manière dont les détenus envisagent l'accompagnement à la sortie. Beaucoup reconnaissent l'utilité d'un suivi ou d'un soutien permettant de faciliter la transition entre la prison et la société, ces dispositifs pouvant être perçus comme un soutien psychologique ou comme une aide concrète pour accéder à un emploi, un logement ou des ressources sociales. Cependant, cette nécessité coexiste souvent avec un désir de rompre avec tout ce qui rappelle l'univers pénitentiaire et judiciaire. Pour

certaines détenus, la sortie représente précisément l'opportunité de couper avec la prison et d'effacer les traces de l'incarcération dans leur trajectoire personnelle (Liwerant, 2001).

Enfin, nous pouvons aussi observer l'incertitude entourant la date effective de libération qui constitue également une source de difficultés dans la préparation de la sortie. Les décisions relatives aux remises de peine, aux aménagements de peine ou à d'éventuelles procédures judiciaires peuvent rendre la durée réelle de la détention difficile à anticiper. Cette incertitude complique la mise en place de projets concrets tels que l'accès à un logement ou l'organisation d'un accompagnement social et peut entrer en tension avec les démarches d'insertion qui nécessitent une certaine prévisibilité (Chantraine & Delcourt, 2019).

Pour résumer, les attentes liées à la sortie de prison apparaissent traversées par une série de tensions et d'ambivalences. D'un côté, la libération représente l'espoir d'une réintégration dans la vie sociale ordinaire et la possibilité de reconstruire une identité sociale reconnue. De l'autre, elle s'accompagne d'incertitudes liées aux conditions matérielles de la réinsertion, aux effets psychologiques de l'incarcération et au poids de l'expérience pénale.

2.2. Le choc de la sortie et les croyances sociales sur les anciens détenus

2.2.1. Le décalage entre les attentes de libération et la réalité de la réinsertion

Comme indiqué dans la partie précédente, pour les personnes incarcérées, la perspective de la sortie constitue souvent un horizon central durant la détention. Elle est investie comme un moment de rupture permettant de tourner la page de l'expérience carcérale et de retrouver une place dans la société. Pourtant, les travaux consacrés aux trajectoires post-carcérales montrent que cette libération s'accompagne fréquemment d'un décalage profond entre les attentes construites pendant l'incarcération et la réalité de la réinsertion.

Tout d'abord, la sortie de prison ne marque pas nécessairement une rupture nette avec l'expérience de l'enfermement. Plusieurs recherches soulignent au contraire une forme de continuité entre le temps carcéral et la période post-libération. L'incarcération laisse des traces durables dans les trajectoires sociales et personnelles, s'inscrivant souvent dans des parcours déjà marqués par la précarité, la marginalisation ou la désaffiliation (Jouhanneau, 2021). Dès lors, ce qui apparaît juridiquement comme une libération peut en réalité

prolonger les effets de la peine dans la sphère sociale. Les individus libérés se heurtent fréquemment à des obstacles matériels et institutionnels, comme l'accès au logement, aux ressources économiques ou aux droits sociaux, ce qui complique leur réintégration (Chantraine & Delcourt, 2019).

L'expérience vécue de la libération illustre particulièrement ce décalage entre attentes et réalité. Après une période d'enfermement parfois longue, le retour au monde extérieur peut d'abord susciter un sentiment d'euphorie lié à la liberté retrouvée. Cependant, cette phase initiale laisse rapidement place à la confrontation avec les exigences concrètes de la vie quotidienne. Les anciens détenus doivent réapprendre à se déplacer dans l'espace public, à gérer leur temps ou à accomplir des gestes ordinaires de la vie sociale. L'environnement extérieur, qui a continué d'évoluer durant leur incarcération, peut apparaître profondément déstabilisant. Certains décrivent par exemple la difficulté à se repérer dans des espaces ouverts après des années passées dans des environnements clos ou encore le sentiment d'être dépendants dans des situations où l'autonomie devrait être immédiate (Dindo, 2014). Ainsi, la libération s'accompagne d'un processus de réadaptation souvent long et éprouvant.

À ces difficultés d'ajustement s'ajoutent des obstacles structurels qui rendent la sortie de prison particulièrement complexe. L'accès au logement constitue un enjeu majeur, dans la mesure où les personnes libérées disposent souvent de ressources économiques limitées et doivent faire face à des démarches administratives parfois difficiles à engager sans accompagnement. Les exigences des bailleurs et les délais administratifs rendent ainsi l'accès à un hébergement stable incertain dans les premiers temps suivant la libération. Par ailleurs, certaines conditions d'hébergement proposées aux sortants de prison peuvent également prolonger, sous certaines formes, l'expérience de la contrainte carcérale. En effet, il arrive que les structures d'accueil concentrent plusieurs anciens détenus et reproduisent certaines logiques de contrôle ou de discipline, ce qui peut donner l'impression que l'expérience carcérale se poursuit au-delà des murs de la prison (Chantraine & Delcourt, 2019).

Les difficultés concernent également l'accès à l'emploi et, plus largement, la stabilité économique. De nombreux anciens détenus peinent à trouver un travail après leur libération, en raison notamment des réticences des employeurs et du manque d'accompagnement adapté. À cela s'ajoutent des expériences de rejet ou de discrimination dans différents

espaces de la vie sociale qui limitent leurs opportunités et fragilisent davantage leur situation (Mote et al., 2025).

Nous pouvons donc observer que, loin de correspondre à une transition simple vers la vie en société, la sortie de prison apparaît souvent comme une période particulièrement délicate marquée par un contraste important entre les attentes construites durant l’incarcération et les réalités sociales rencontrées à l’extérieur, entre difficultés matérielles, obstacles administratifs, discriminations et nécessité de se réadapter à un environnement transformé.

2.2.2. Les croyances collectives et stéréotypes associés aux anciens détenus

En plus des difficultés rencontrées à leur sortie, les représentations sociales associées aux anciens détenus jouent un rôle central dans les processus de stigmatisation post-carcérale. Pourtant, alors que ces représentations influencent fortement les trajectoires de réinsertion, les recherches portant spécifiquement sur la manière dont les anciens détenus sont perçus par la communauté demeurent limitées (Hirschfield & Piquero, 2010).

Cependant, lorsque ces perceptions sont étudiées, elles révèlent l’existence de croyances collectives largement défavorables. En effet, dans l’opinion publique, les personnes ayant été condamnées pénalement sont fréquemment associées à des caractéristiques négatives telles que la dangerosité, la malhonnêteté ou le manque de fiabilité morale. Ces représentations tendent à réduire grandement la complexité des parcours individuels en assimilant l’ensemble des anciens détenus à une catégorie homogène d’individus considérés comme peu recommandables ou potentiellement menaçants pour l’ordre social (Mariaux, 2020 ; Hirschfield & Piquero, 2010).

Parmi ces stéréotypes, l’idée de dangerosité occupe une place particulièrement prépondérante. Les anciens détenus sont souvent perçus comme imprévisibles et susceptibles de commettre à nouveau des infractions, ce qui alimente des attitudes de méfiance et de distance sociale à leur égard. Dans cette logique, l’incarcération est interprétée comme le signe d’une déviance durable, voire comme la preuve d’une incapacité à changer. De ce fait, certains discours sociaux reposent sur la croyance que les délinquants seraient fondamentalement mauvais ou irrémédiablement portés vers la transgression, ce qui justifierait leur mise à l’écart du reste de la société (Mariaux, 2020).

Ces représentations ne se limitent pas à des jugements abstraits mais influencent directement les attitudes et les comportements à l'égard des anciens détenus. Les employeurs ou les membres de la société peuvent se montrer réticents à interagir avec eux ou à leur accorder leur confiance, contribuant à leur exclusion de certaines sphères sociales et économiques. Les attitudes négatives à l'égard des anciens détenus ne se répercutent d'ailleurs pas uniquement sur les individus concernés mais peuvent également affecter leurs proches ou les quartiers dans lesquels ils résident (Hirschfield & Piquero, 2010).

Plusieurs facteurs sociaux entraînent l'émergence et la diffusion de ces croyances collectives, comme la peur de la criminalité qui constitue un moteur important des attitudes négatives envers les anciens détenus. En effet, lorsque la criminalité est perçue comme une menace importante, les individus tendent à soutenir des politiques pénales plus sévères et à exprimer une méfiance accrue envers les personnes ayant déjà été condamnées. À cette peur s'ajoutent parfois des préoccupations liées à l'insécurité économique ou sociale qui peuvent favoriser la désignation de groupes perçus comme responsables du désordre social. Dans ce contexte, les criminels deviennent des cibles faciles pour canaliser certaines inquiétudes collectives ou frustrations sociales (Costelloe et al., 2009).

Les médias jouent également un rôle important dans la formation de ces représentations. Les récits médiatiques consacrés à la criminalité mettent souvent en avant les faits les plus violents ou spectaculaires, ce qui renforce l'image d'un criminel dangereux et fondamentalement différent du reste de la population. Dès lors, de nombreuses personnes construisent leur opinion sur les délinquants et les anciens détenus à partir de représentations médiatiques ou de valeurs culturelles plus générales plutôt qu'à partir d'expériences directes (Hirschfield & Piquero, 2010). Cette médiatisation sélective tend à accentuer la perception de dangerosité et à légitimer les attitudes de méfiance ou d'exclusion.

D'un point de vue sociologique, ces représentations prennent une signification particulière lorsque l'on considère le statut même d'« ancien détenu ». Contrairement à certains stigmates immédiatement visibles, le passé carcéral n'est pas toujours perceptible dans les interactions sociales. L'ancien détenu peut ainsi être considéré comme un individu porteur d'un stigmate « discret » susceptible d'être révélé au cours des interactions et de transformer brusquement la perception que les autres ont de lui. Cette caractéristique place les anciens détenus dans une position sociale particulière où ils doivent continuellement gérer la

possibilité que leur passé judiciaire soit découvert et modifie la manière dont ils sont perçus et traités par autrui (Hovine & Brion, 2016).

Nous pouvons donc observer que les croyances collectives et les stéréotypes associés aux anciens détenus participent activement à la construction du stigmatisme carcéral dans l'espace social. En attribuant aux individus des caractéristiques négatives liées à leur passé pénal et en alimentant des perceptions de dangerosité ou de fatalité, ces représentations contribuent à maintenir une distance sociale entre les anciens détenus et le reste de la société.

2.2.3. La persistance du stigmatisme post-carcéral dans le regard social

Comme nous avons pu le voir, bien que la peine d'emprisonnement soit juridiquement limitée dans le temps, ses effets symboliques et sociaux peuvent perdurer bien après la sortie de prison. En effet, l'expérience pénale laisse fréquemment une marque durable dans la manière dont les anciens détenus sont perçus et traités par leur environnement social. Dans de nombreux cas, les anciens détenus demeurent associés à leur passé judiciaire et continuent d'être considérés avant tout à travers leur statut d'ex-délinquant. Cette perception contribue à leur exclusion sociale et tend à les enfermer dans une identité liée à la déviance, ce qui complique leur réintégration au sein de la société (Mariaux, 2020).

Cette persistance du stigmatisme peut être comprise à travers le mécanisme d'étiquetage. En effet, le stigmatisme pénal correspond à une étiquette sociale attribuée à un individu en raison de son implication dans une procédure judiciaire ou de son passage en prison (Présumé, 2019). Cette étiquette est souvent associée à des jugements moraux négatifs et à des formes de discrédit social qui affectent la réputation, les relations sociales et les opportunités de vie de la personne concernée.

Les institutions pénales contribuent aussi à la construction de l'identité de « délinquant » en attribuant officiellement cette qualification à l'individu au moment du jugement. Le déroulement des procédures judiciaires, l'énoncé public des faits reprochés ou encore la constitution d'un dossier pénal participent à transformer un individu ordinaire en personne publiquement associée à un acte criminel. Ce processus institutionnel confère une légitimité sociale à l'étiquette déviante qui peut ensuite être largement reprise et diffusée dans l'espace social (Présumé, 2019).

Ensuite, la visibilité de la sanction pénale contribue aussi à renforcer cette dynamique de stigmatisation. En effet, l’incarcération constitue une peine particulièrement marquante dans la mesure où elle implique une séparation physique du reste de la société. Cet enfermement et cet isolement dans un espace clos créent une rupture symbolique forte entre ceux qui ont été incarcérés et ceux qui ne l’ont pas été. À travers cette séparation, la prison participe à construire une frontière sociale opposant les individus considérés comme respectueux des normes à ceux qui ont été désignés comme délinquants (Combessie, 2004). Cette division du corps social ne disparaît pas nécessairement avec la libération mais peut au contraire se prolonger dans les représentations collectives et les interactions sociales.

Dans la vie quotidienne, cette stigmatisation se manifeste par différentes formes d’exclusion sociale. Les anciens détenus peuvent faire face à des attitudes de méfiance, de suspicion ou de rejet dans leur entourage familial, professionnel ou résidentiel. Ces réactions peuvent prendre la forme de regards méprisants, d’accusations injustifiées ou d’une distance sociale marquée. Dans certains cas, ces expériences répétées d’exclusion conduisent les individus à se retirer progressivement de la vie sociale ou à se tourner vers des groupes où ils se sentent davantage acceptés, notamment des groupes composés d’autres personnes marginalisées (Mote et al., 2025).

Ces dynamiques peuvent également favoriser l’intériorisation du stigmate par les personnes concernées. Au fil des interactions sociales, l’individu peut intégrer les représentations négatives qui lui sont renvoyées et finir par se définir lui-même à travers l’identité déviante qui lui est attribuée. Ce processus d’auto-identification peut renforcer les trajectoires de marginalisation et alimenter un cercle vicieux dans lequel la stigmatisation sociale contribue à reproduire les comportements déviants qu’elle prétend condamner (Mote et al., 2025).

L’expérience du stigmate peut également se traduire par un sentiment d’être constamment surveillé ou suspecté. Certains anciens détenus évoquent ainsi l’impression d’être considérés comme des suspects permanents, particulièrement dans leurs interactions avec les institutions policières ou administratives. Même plusieurs années après leur libération, ils peuvent faire l’objet de contrôles ou de soupçons liés à leur passé judiciaire, ce qui renforce l’idée d’une peine qui se prolonge bien au-delà de la sanction initiale (Dindo, 2014).

Il est important de préciser que, régulièrement, la stigmatisation post-carcérale tend à s’inscrire dans des trajectoires de marginalisation plus larges. Pour certains individus déjà

confrontés à d'autres formes de vulnérabilité sociale comme la pauvreté, l'instabilité résidentielle ou les dépendances, l'expérience carcérale peut venir s'ajouter à un ensemble de difficultés préexistantes. L'incarcération agit alors comme un facteur aggravant qui renforce les processus d'exclusion et réduit encore davantage les possibilités de réintégration sociale (Larouche, 2008).

Enfin, la répétition des expériences pénales peut accentuer encore la force du stigmat. À mesure que les interactions avec le système pénal se multiplient, l'individu peut passer d'une situation dans laquelle son stigmat demeure relativement dissimulable à une situation où celui-ci devient pleinement visible et reconnu socialement. Dans ce cas, l'étiquette de délinquant tend à s'imposer durablement dans la perception sociale de la personne, renforçant les obstacles à sa réintégration (Chantraine, 2003).

Alors que la peine d'emprisonnement est censée prendre fin au moment de la libération, nous pouvons voir que le stigmat associé au passage par la prison peut continuer à marquer profondément les trajectoires sociales des individus. Les représentations collectives, les pratiques institutionnelles et les interactions quotidiennes contribuent ensemble à prolonger les effets de la sanction pénale dans l'espace social. Cette persistance du stigmat illustre la manière dont l'expérience carcérale dépasse largement la durée formelle de la peine et s'inscrit durablement dans les parcours de vie des anciens détenus.

3. Les effets de la stigmatisation sur les anciens détenus

3.1. Effets psychologiques et identitaires

3.1.1. Dévalorisation, isolement, sentiment d'exclusion

Suite à ces différents constats, il convient d'examiner les effets de la stigmatisation associée au parcours carcéral sur le plan psychologique et identitaire. Car, dès la sortie de détention, les anciens détenus sont confrontés à une perte de repères sociaux et à un sentiment d'exclusion qui affectent directement leur bien-être mental (Mengoua & Nounga, 2025). Cette mise à distance sociale ne se limite pas à des expériences ponctuelles, mais s'inscrit dans la durée et participe à fragiliser leur équilibre psychologique.

Plusieurs travaux montrent que la stigmatisation s'accompagne d'une atteinte significative à l'estime de soi. Le regard négatif porté par autrui, réel ou anticipé, nourrit une peur constante

du jugement, souvent confirmée par des expériences concrètes de rejet (Dubois & Ouellet, 2020). Ce processus contribue à une dévalorisation personnelle progressive dans laquelle l'individu en vient à intégrer les représentations négatives associées à son statut. À ce titre, la stigmatisation ne relève pas uniquement d'un phénomène externe mais s'intériorise et participe à la construction d'une identité fragilisée.

Cette dynamique est particulièrement bien décrite par Noali (2016) qui souligne que le stigmate carcéral constitue une source durable d'anxiété et de stress. L'ancien détenu évolue dans un climat d'incertitude permanente, marqué par la crainte du regard des autres et par la conscience de porter une identité « abîmée ». Même lorsque le passé judiciaire n'est pas connu, la peur qu'il soit découvert demeure omniprésente. Cette tension constante altère le rapport à soi et aux autres et renforce un sentiment d'étiquetage durable. L'individu se perçoit alors comme profondément différent, prenant conscience que son identité est désormais largement définie par le regard social.

Sur le plan émotionnel, cette stigmatisation se traduit par une forte prévalence d'émotions négatives. Les personnes concernées évoquent des sentiments de honte, de désespoir, de peur, mais aussi de solitude et d'isolement (Adam-Caron, 2021). Ces émotions ne sont pas ponctuelles mais tendent à s'inscrire dans la durée, nourries par les expériences répétées de rejet et par l'anticipation constante du jugement d'autrui. Elles peuvent progressivement altérer l'équilibre psychologique des individus en fragilisant leur confiance en eux et leur sentiment de légitimité à occuper une place dans la société. Cette accumulation émotionnelle peut alors s'accompagner d'une détresse importante, se traduisant par des états dépressifs, voire, dans certains cas, par l'émergence de pensées suicidaires. À cela s'ajoute un sentiment d'injustice lié au fait d'être réduit à une identité stigmatisée et traité de manière différenciée, indépendamment des efforts de changement. Ce vécu peut engendrer de la colère et du ressentiment renforçant encore le mal-être et les difficultés d'adaptation sociale (Adam-Caron, 2021).

Par ailleurs, la stigmatisation influence fortement les interactions sociales en générant méfiance et anxiété. Les anciens détenus décrivent une vigilance constante dans leurs relations liée à la peur de voir leur passé révélé et de subir des réactions négatives (Beaudoin, 2017). Cette crainte ne se limite pas aux relations interpersonnelles ordinaires mais s'étend également aux contacts avec les institutions. Certains individus anticipent des réactions négatives de la part des services de santé, des services sociaux ou d'autres instances

publiques, et redoutent d'être traités de manière défavorable en raison de leur statut légal. Les expériences passées de rejet ou de discrimination renforcent ces appréhensions et conduisent à éviter ces interactions, contribuant ainsi à un isolement social accru (Beaudoin, 2017). Plus largement, cette anxiété sociale limite leur capacité à entrer en relation et à élargir leur réseau, ce qui renforce le sentiment d'être « à part » et différent des autres.

Enfin, au-delà des expériences individuelles, la stigmatisation prive également les personnes concernées de la possibilité d'exprimer pleinement leurs capacités et leurs qualités en les enfermant dans une identité réduite à leur passé pénal (Leurent & Ducasse, 2023). Cette assignation identitaire constitue un obstacle majeur à la reconstruction de soi car elle limite les perspectives de valorisation personnelle et de reconnaissance sociale.

Ainsi, la stigmatisation agit comme un processus global qui affecte à la fois l'estime de soi, les émotions, les relations sociales et la construction identitaire. Elle contribue à installer durablement un sentiment d'exclusion et à fragiliser les individus dans leur rapport à eux-mêmes et à la société.

3.1.2. Mécanismes de défense ou de compensation

Face aux effets psychologiques de la stigmatisation, les anciens détenus développent une série de stratégies visant à supporter le regard social négatif ou encore à atténuer la souffrance associée au stigmate afin de restaurer une forme de contrôle sur leur parcours. Cependant, il est nécessaire de préciser que certains de ces mécanismes favorisent une reconstruction progressive, tandis que d'autres ont tendance à renforcer l'isolement ou les problèmes d'adaptation.

Parmi les stratégies les plus souvent observées, nous pouvons citer le retrait social. En effet, le fait d'éviter des interactions apparaît comme un moyen de se protéger du jugement et des émotions négatives que ce dernier entraîne. Ce retrait peut être choisi, afin de fuir l'exposition au stigmate, ou bien contraint, en réponse à des réactions de rejet de l'entourage. Dans les deux cas, bien qu'il permette temporairement de réduire l'anxiété liée aux interactions sociales, il s'accompagne souvent de conséquences négatives comme de la solitude, une baisse d'estime de soi et une fragilisation du bien-être psychologique (Adam-Caron, 2021). Cette tendance au repli est aussi le reflet d'une stratégie plus large d'évitement

du risque que leur passé carcéral soit découvert, certains individus allant jusqu'à limiter considérablement leurs contacts, changer de lieu de vie ou dissimuler en permanence leur histoire (Noali, 2016).

Cet évitement peut prendre différentes formes. En effet, il peut se traduire par une mise à distance des anciens environnements sociaux perçus comme menaçants ou par une dissimulation constante du passé pénal dans les interactions quotidiennes. Si ces stratégies permettent de préserver une certaine « invisibilité » du stigmaté, elles impliquent en contrepartie un désengagement progressif de la vie sociale, réduisant les chances d'intégration (Noali, 2016 ; Lambelet, 2025). Ainsi, tenter d'échapper au stigmaté peut paradoxalement contribuer à en renforcer les effets en diminuant les possibilités de participation sociale.

À côté de ces formes de retrait, certains individus mobilisent des stratégies plus actives de revalorisation de soi. Nous pouvons par exemple retrouver le fait de s'investir intensément dans une activité, d'acquérir de nouvelles compétences ou de construire une nouvelle identité sociale valorisée. De façon la plus courante, cela est rendu possible grâce au travail. En effet, l'engagement professionnel ou la recherche d'emploi peut alors jouer un rôle crucial en fournissant un cadre, des objectifs et un sentiment d'utilité, tout en contribuant à restaurer l'estime de soi et à favoriser l'intégration sociale (Désilus, 2026). Cependant, cet investissement se retrouve régulièrement à aller jusqu'à une forme d'hyperactivité ou de workaholisme où l'activité devient un moyen d'éviter de penser au passé ou à l'avenir en occupant continuellement et intensément l'esprit (Noali, 2016).

Ensuite, nous pouvons également retrouver certaines stratégies de coping qui relèvent de formes plus ambivalentes, voire problématiques, comme la minimisation des faits, la victimisation ou le fatalisme, visant à réduire la charge émotionnelle associée à la culpabilité sans pour autant favoriser un réel changement. D'autres stratégies consistent à tirer parti du stigmaté, par exemple en suscitant la compassion ou en mobilisant certaines ressources liées à cette identité, ce qui peut constituer une forme d'adaptation sans transformation profonde (Noali, 2016).

Enfin, certaines réponses au stigmaté prennent des formes plus préoccupantes. Nous pouvons relever le recours à des conduites addictives, déjà présentes et/ou renforcées par l'expérience carcérale, qui constitue une tentative d'échapper à la souffrance psychique en

offrant une forme d'oubli temporaire et le besoin de retourner vers une sensation connue. De même, des réactions d'hostilité ou de défiance à l'égard de la société peuvent émerger, traduisant un sentiment d'injustice ou une difficulté à accepter les conséquences durables de la condamnation (Noali, 2016). Dans les situations les plus extrêmes, cette accumulation de difficultés peut conduire à des conduites auto-destructrices, dont le suicide constitue l'expression la plus radicale. Bien que très peu documenté, ce phénomène est néanmoins particulièrement préoccupant. En effet, certaines études indiquent une fréquence nettement supérieure chez les personnes sorties de prison par rapport à la population générale (Portelli & Chanel, 2014).

Ainsi, les mécanismes de défense mobilisés face à la stigmatisation oscillent entre stratégies de protection, de reconstruction et d'évitement. S'ils témoignent d'une capacité d'adaptation, ils révèlent également la difficulté à composer avec une identité socialement dévalorisée. Dans certains cas, ces stratégies peuvent favoriser un processus de réinsertion, tandis que dans d'autres, elles contribuent à maintenir, voire à renforcer, les dynamiques d'isolement et de marginalisation.

3.2. Effets sur la réinsertion sociale et professionnelle

3.2.1. Difficultés à trouver un emploi, un logement

En plus des conséquences psychologiques négatives, la stigmatisation associée au passé carcéral se traduit également de manière concrète dans l'accès à l'emploi et au logement qui représentent pourtant des ressources essentielles dans toute démarche de réinsertion. Ces mécanismes d'exclusion s'opèrent aussi bien par le biais d'actions clairement définies que par des formes plus subtiles de discrimination.

De manière générale, les groupes stigmatisés sont exposés à des traitements différenciés dans l'accès aux opportunités sociales, notamment en matière d'embauche ou d'attribution d'un logement. Ces discriminations peuvent être directes, comme le refus d'emploi ou de location, mais aussi indirectes, à travers des suspicions, des jugements anticipés ou une réputation négative qui influence les décisions des employeurs et des bailleurs (Croizet & Martinot, 2003). Dans le cas des anciens détenus, cette logique est renforcée par la présence du casier judiciaire qui agit comme une marque officielle et durable du stigmate.

En effet, le fait que la condamnation soit inscrite dans les registres administratifs rend le passé pénal visible et contribue grandement à catégoriser les individus comme des individus non dignes de confiance. Cette « marque légale » instaure une frontière symbolique entre les individus considérés comme respectables et ceux associés à la délinquance et la déviance, alimentant des pratiques d'exclusion lors des candidatures à l'emploi (Lambelet, 2025). Ainsi, même sans avoir évalué ses compétences, la simple mention d'antécédents judiciaires peut suffire à écarter un candidat.

Les difficultés d'accès à l'emploi ne relèvent pas uniquement de cette stigmatisation formelle mais s'inscrivent également dans un ensemble de contraintes qui se renforcent mutuellement. D'une part, de nombreux anciens détenus présentent des parcours marqués par des fragilités antérieures, comme un faible niveau de qualification, un manque d'expérience professionnelle ou encore des interruptions prolongées, ce qui limite leurs opportunités (Dubois & Ouellet, 2020 ; Diop, 2019). Et d'autre part, les politiques de formation en détention apparaissent souvent insuffisantes ou inadaptées aux exigences du marché du travail, ce qui réduit encore les chances d'insertion à la sortie (Diop, 2019).

À ces difficultés individuelles s'ajoutent des formes de discrimination systémique et interpersonnelle. Certains employeurs peuvent hésiter à recruter des personnes judiciairisées par crainte, méfiance ou souci d'image, même lorsque celles-ci possèdent les compétences requises (Désilus, 2026). Cette exclusion peut prendre la forme d'un véritable « mur invisible » qui limite l'accès au marché du travail, entraînant une précarisation des emplois obtenus, avec des postes peu qualifiés, instables, faiblement rémunérés ou facilement remis en cause. Par ailleurs, nous pouvons ajouter que certaines restrictions légales, comme l'interdiction d'exercer certaines professions, le retrait de permis ou les conditions judiciaires, réduisent encore le champ des possibles (Lambelet, 2025 ; Dubois & Ouellet, 2020).

Cependant, même lorsque l'accès à l'emploi est possible, le stigmate continue de peser. Certains individus choisissent de dissimuler leur passé pour éviter la discrimination mais cette stratégie engendre une insécurité constante. En effet, la peur d'une révélation ultérieure peut entraîner du stress, de l'inconfort et, dans certains cas, la perte d'emploi lorsque les antécédents sont découverts (Dubois & Ouellet, 2020 ; Beaudoin, 2017). Le milieu professionnel devient alors un espace d'anxiété où l'intégration est rendue difficile de par la nécessité de cacher une partie de son identité.

Parallèlement, l'accès au logement représente aussi un obstacle majeur, malgré son rôle fondamental dans la stabilisation des trajectoires individuelles en favorisant l'ancrage social, l'autonomie et la participation à la vie collective (De Ara Carla & Bonsack, 2015). Or, les anciens détenus reçoivent fréquemment des refus de la part des propriétaires ou des agences, en raison de leur passé judiciaire (Désilus, 2026). Comme pour l'emploi, le casier judiciaire agit comme une barrière discriminante, limitant l'accès à des conditions de vie stables.

La plupart du temps, ces difficultés sont aggravées par la précarité économique qui caractérise de nombreuses trajectoires post-carcérales. À leur sortie, les individus disposent rarement de ressources suffisantes et peuvent être confrontés à des dettes importantes ou même à une exclusion de certains dispositifs sociaux (Dubois & Ouellet, 2020 ; Diop, 2019). Cette situation compromet leur capacité à satisfaire les critères du marché locatif (caution, garanties, stabilité financière, etc.), renforçant ainsi le risque d'instabilité résidentielle.

L'ensemble de ces obstacles met en évidence le caractère structurel de l'exclusion. Les obstacles à l'emploi et au logement ne sont pas uniquement le produit de facteurs individuels, mais ils s'inscrivent plutôt dans un système où stigmatisation, discriminations et précarité s'entrecroisent et se renforcent mutuellement (Désilus, 2026). Cette dynamique produit donc un cercle vicieux dans lequel l'absence d'emploi restreint l'accès au logement, tandis que l'instabilité résidentielle complique l'insertion professionnelle.

Comme nous pouvons le voir, la stigmatisation post-carcérale ne se limite pas à une atteinte symbolique mais se traduit par des barrières concrètes à la reconstruction sociale en entravant l'accès aux ressources indispensables à une vie autonome et stable. Ces difficultés contribuent à maintenir les anciens détenus dans des situations de marginalité, rendant leur réinsertion particulièrement incertaine et fragile.

3.2.2. Perte de liens sociaux et familiaux

Au-delà des obstacles matériels, la stigmatisation post-carcérale affecte profondément les relations sociales et familiales des anciens détenus. Elle fragilise, voire rompt, les liens préexistants et rend particulièrement difficile la reconstruction d'un réseau relationnel stable qui se révèle pourtant essentiel à la réinsertion.

Tout d'abord, l'incarcération constitue souvent un premier facteur de distanciation sociale. Le temps passé en détention, l'éloignement géographique ou encore la nature de l'infraction contribuent à affaiblir progressivement les relations avec les proches. De ce fait, à la sortie, de nombreux individus constatent que leurs anciens proches se sont éloignés, ont changé de mode de vie ou ont tout simplement disparu (Beaudoin, 2017). La rupture peut être encore plus marquée car certains anciens détenus choisissent eux-mêmes de ne pas renouer contact par crainte du jugement ou par sentiment d'étrangeté face à des relations devenues distantes.

Les relations familiales, souvent perçues comme un soutien potentiel mais nécessaire, peuvent aussi être fragilisées par des conflits, des incompréhensions ou un rejet explicite lié au passé judiciaire (Dubois & Ouellet, 2020). Dans certains cas, la présence d'un ancien détenu au sein du foyer génère des tensions durables, voire conduit à une mise à distance au sein même de la famille proche (Mengoua & Nounga, 2025). Certaines familles vont jusqu'à couper les ponts en changeant de domicile ou en rompant tout contact, laissant l'individu sans soutien affectif ni matériel. Cette exclusion peut se révéler très problématique car elle peut conduire à des situations de grande précarité où certains individus se retrouvent sans domicile et contraints de recourir à des solutions de fortune ou à des structures d'accueil (Mengoua & Nounga, 2025).

La stigmatisation joue un rôle central dans ces ruptures. En effet, elle influence les attitudes des proches ainsi que celles de l'entourage élargi. Dans certains contextes, les voisins participent activement à l'exclusion en entretenant des soupçons, en diffusant des rumeurs ou en évitant tout contact. Les anciens détenus peuvent alors être perçus comme des individus dangereux ou susceptibles d'influencer négativement les autres, ce qui renforce leur mise à l'écart, notamment des enfants (Mengoua & Nounga, 2025).

Même lorsque les liens ne sont pas totalement rompus, ils sont souvent marqués par la méfiance et l'incertitude. Les anciens détenus peuvent hésiter à reprendre contact avec leur famille car ils redoutent les réactions ou les jugements portés à leur égard. Cette appréhension s'étend également aux interactions sociales plus larges où la peur du rejet devient un obstacle majeur à l'engagement relationnel (Beaudoin, 2017). Dans ce contexte, les rencontres amicales ou amoureuses sont souvent vécues comme risquées, principalement en raison de la question du dévoilement du passé judiciaire. Le stigmate, réel ou anticipé, freine ainsi la création de nouveaux liens (Dubois & Ouellet, 2020).

Ces dynamiques contribuent à un appauvrissement du réseau social. Les relations existantes sont mises à mal, tandis que la création de nouvelles est entravée par la stigmatisation. Cela aboutit à des réseaux relationnels limités, généralement composés de liens superficiels et peu engagés sur le plan émotionnel (Lambelet, 2025). De plus, cette limitation des interactions sociales réduit les opportunités de soutien, d'entraide et d'intégration dans la communauté.

Nous pouvons ajouter que la rupture des liens est souvent influencée par la nature de l'infraction. Par exemple, pour les personnes condamnées pour des délits sexuels, la stigmatisation peut entraîner une dégradation particulièrement forte des relations familiales et amicales, où certains proches, notamment ceux ayant des enfants, prennent leurs distances ou rompent totalement les liens (Adam-Caron, 2021).

Enfin, l'isolement relationnel des anciens détenus est renforcé par un climat général de rejet et de méfiance. Les pressions sociales, les contrôles institutionnels ou encore les expériences répétées de discrimination alimentent un sentiment d'exclusion et contribuent à éloigner davantage les individus de la société (Désilus, 2026).

Progressivement, cette accumulation d'expériences négatives peut conduire à une forme de retrait durable où l'ancien détenu se retrouve en marge, privé de relations significatives et de reconnaissance sociale. En affaiblissant les réseaux de soutien et en compliquant la construction de nouvelles relations, la stigmatisation constitue un obstacle majeur à une réintégration sociale durable.

3.2.3. Risque de récidive

À l'issue des différents obstacles analysés, à savoir les difficultés psychologiques, l'isolement, la précarité économique et la rupture des liens, nous retrouvons une conséquence majeure de la stigmatisation : le risque de récidive. Celui-ci ne peut être compris qu'à travers les différentes difficultés par lesquelles les anciens détenus sont confrontés en tentant de se réinsérer, souvent marquées par une accumulation de barrières qui limitent concrètement leurs possibilités d'intégration.

En effet, la stigmatisation agit comme un mécanisme qui enferme durablement l'individu dans une identité déviante. Même après avoir purgé sa peine, l'ancien détenu demeure associé à son passé judiciaire et continue de faire l'objet de jugements négatifs, de rejet social

et de discriminations économiques. Cet étiquetage identitaire s'accompagne d'une diminution du sentiment d'appartenance à la société et des perspectives d'avenir (Mengoua & Nounga, 2025). Dans ce contexte, nous comprenons pourquoi la liberté associée à la sortie de prison ne signifie pas nécessairement une réintégration effective, elle peut au contraire s'apparenter à une nouvelle forme d'exclusion, moins visible mais tout aussi contraignante.

Face à cette situation, certains individus peuvent se retrouver dans une impasse sociale. La précarité, l'isolement et l'absence d'alternatives concrètes peuvent favoriser un retour vers des comportements déviants, non pas uniquement par choix, mais par faute d'autres possibilités viables. La récidive apparaît alors comme l'une des issues possibles d'un processus de marginalisation prolongé où les conditions nécessaires à une réinsertion durable et stable ne sont pas réunies (Mengoua & Nounga, 2025).

Par ailleurs, les personnes stigmatisées, conscientes de leur statut, développent des stratégies pour composer avec celui-ci. Comme expliqué dans une section précédente, le retrait social constitue un mécanisme de défense fréquemment adopté par les anciens détenus afin de se protéger des jugements négatifs et de la stigmatisation. Dès lors, il peut devenir plus rassurant de se tourner vers des individus partageant un vécu similaire et auprès desquels ils se sentent moins exposés au rejet (Dericquebourg, 1989). Si ces regroupements peuvent offrir un soutien à court terme, ils peuvent aussi contribuer à maintenir les individus dans des environnements déjà marqués par la marginalité, limitant ainsi les opportunités d'inscription dans des réseaux sociaux plus intégrateurs.

Ainsi, la récidive ne peut être envisagée comme un phénomène isolé ou strictement individuel. Elle s'inscrit dans un enchaînement de mécanismes où la stigmatisation joue un rôle central, en restreignant l'accès aux ressources, en fragilisant les liens sociaux et en enfermant les individus dans une identité négative dont il est difficile de se défaire.

3.3. Stratégies de résistance et de reconstruction

3.3.1. Importance du soutien social (famille, accompagnement, associations)

Face aux effets néfastes de la stigmatisation que nous avons pu analyser jusqu'à présent, il est essentiel de s'intéresser aux leviers susceptibles de soutenir les individus concernés et de favoriser leur reconstruction. Parmi ces leviers, le soutien social apparaît comme un facteur

central. En effet, il permet non seulement de limiter les conséquences de l'exclusion mais aussi de favoriser une réinscription progressive dans des trajectoires sociales plus stabilisées.

D'un point de vue psychosocial, l'appartenance à un groupe de référence constitue une ressource fondamentale pour préserver l'estime de soi, même en contexte de stigmatisation. Les individus peuvent y trouver des repères valorisants et des formes de reconnaissance qui compensent, au moins en partie, les jugements négatifs venant de la société (Croizet & Martinot, 2003). Dans le cas des anciens détenus, ce rôle peut être assuré par la famille, les pairs, des accompagnateurs ou encore des groupes partageant des expériences similaires.

Lorsqu'il est présent, le soutien familial joue un rôle particulièrement structurant. Même limité, il constitue souvent l'un des seuls points d'ancrage à la sortie de prison d'un individu, lui permettant une adaptation à la vie en communauté (Beaudoin, 2017). Au-delà de l'aide matérielle, il offre un appui émotionnel qui peut atténuer le sentiment d'exclusion et renforcer la motivation à se réinsérer. Toutefois, ce soutien n'est ni systématique ni suffisant, ce qui souligne l'importance d'autres formes d'accompagnement.

Dans cette perspective, la structure sociale au sens large, incluant les proches, les communautés et les structures d'accompagnement, jouent un rôle de protection central. Ils permettent de réduire l'isolement, de mieux gérer les difficultés quotidiennes et de maintenir un équilibre émotionnel. En offrant à la fois un soutien affectif et des ressources concrètes (accès à un logement, à un emploi ou à des soins), ils contribuent à stabiliser les conditions de vie et à limiter les risques de rechute ou de récidive (Mengoua & Nounga, 2025). L'accompagnement ne doit donc pas être envisagé comme ponctuel, mais comme un processus global, structuré et inscrit dans la durée.

En plus du soutien familial, les intervenants professionnels jouent un rôle crucial qui dépasse largement l'orientation vers des services. En effet, ils agissent comme des médiateurs entre les anciens détenus et la société et proposent un accompagnement individualisé adapté aux besoins de chacun (Désilus, 2026). Par exemple, dans le domaine de l'emploi, ils soutiennent les démarches d'insertion, aident à surmonter les effets de la stigmatisation et facilitent l'accès à des opportunités concrètes. Plus largement, ils participent à une dynamique de reconstruction identitaire en redonnant à l'individu une place active dans son parcours.

Par ailleurs, les espaces collectifs, tels que les associations ou les groupes de soutien, constituent des lieux privilégiés de réaffiliation sociale car ils offrent un environnement où

les anciens détenus peuvent être acceptés sans jugement, interagir avec des personnes partageant des expériences similaires et retrouver un sentiment d'égalité dans les relations (Beaudoin, 2017). Ce type de cadre favorise l'expression de soi, la diminution de l'anxiété sociale et la reconstruction de liens sociaux plus sécurisants dans lesquels les anciens détenus peuvent atténuer leur méfiance.

Dans le même sens, l'engagement dans des activités bénévoles ou associatives permet de réduire l'identité stigmatisée d'« ancien détenu ». En participant à des actions valorisées socialement, l'individu peut être reconnu pour ses compétences, ses contributions ou ses intérêts plutôt qu'uniquement pour son passé pénal (Lambelet, 2025). Cette reconnaissance, fondée sur l'utilité sociale et la confiance, constitue un élément central du processus de reconstruction car elle permet de retrouver une place au sein d'un collectif.

Cependant, malgré la conscience collective de l'importance de ces ressources, l'accès aux dispositifs d'accompagnement reste inégal et encore trop limité (Dubois & Ouellet, 2020). Cette insuffisance souligne la nécessité de renforcer les politiques de soutien post-carcéral en développant des dispositifs accessibles, continus et adaptés aux besoins des personnes concernées.

Ainsi, en offrant des ressources, de la reconnaissance et des opportunités d'engagement, le soutien social aide à contrebalancer les effets de la stigmatisation et à ouvrir la voie à des trajectoires de reconstruction plus durables.

3.3.2. Renforcer l'accompagnement intra-muros

Si le soutien post-carcéral apparaît comme déterminant, la littérature existante montre également qu'il ne peut être pleinement efficace sans une préparation en amont. En effet, la période de détention constitue un moment clé où peuvent s'amorcer les processus de reconstruction. À ce titre, le rôle des acteurs intervenant en milieu carcéral mérite d'être souligné, bien que les dispositifs restent aujourd'hui encore trop limités.

Malgré l'introduction progressive de dispositifs orientés vers la réhabilitation, la réalité carcérale reste marquée par des conditions souvent peu propices à une véritable préparation à la sortie. L'efficacité des actions mises en œuvre est sévèrement restreinte par la promiscuité, l'insécurité et le manque de projets personnalisés, ce qui se manifeste

notamment par des taux de récidive élevés (Mengoua & Nounga, 2025). Ces constats mettent en évidence les limites structurelles d'un système qui peine à répondre aux besoins de populations souvent déjà fragilisées par des parcours marqués par la précarité, les ruptures sociales ou les expériences traumatiques.

Dans le contexte carcéral, l'accès à l'information et aux dispositifs existants constitue un premier enjeu. Plusieurs travaux soulignent que les personnes détenues ne sont pas toujours suffisamment informées des services auxquels elles pourraient recourir, limitant ainsi leur capacité à anticiper leur sortie et à construire un projet de réinsertion (Dubois & Ouellet, 2020). Cette conclusion renforce l'idée d'une sortie subie plutôt que préparée.

Pourtant, certaines initiatives montrent que la détention peut aussi devenir un espace d'opportunités. L'accès à des formations, à des activités éducatives, culturelles ou professionnelles ainsi qu'à des programmes d'accompagnement, peut favoriser un processus d'apprentissage et de transformation personnelle (Baudinet, 2024). Ces dispositifs permettent aux personnes détenues de développer des compétences, de restaurer une image positive d'elles-mêmes et de renouer avec des formes de socialisation. Le fait de proposer des espaces d'échange et de reconnaissance contribue également à rompre l'isolement et à amorcer une dynamique de réinsertion.

De plus, le travail en détention joue également un rôle structurant. Même lorsqu'il est limité, il permet de maintenir un lien avec les normes du monde extérieur, de structurer le quotidien, de valoriser le sentiment d'utilité personnelle et de préserver une certaine identité sociale (Désilus, 2026). Il peut ainsi constituer une première étape vers une réintégration professionnelle future.

Enfin, les acteurs associatifs intervenant en milieu carcéral occupent une position essentielle d'interface entre l'univers pénitentiaire et la société. Leur action vise à humaniser la détention tout en préparant concrètement la sortie. Ils accompagnent les détenus dans la compréhension de leur parcours, soutiennent leur réflexion sur leurs comportements et participent à l'élaboration de projets de réinsertion (Maillard, 2016). Leur rôle s'étend également à l'accès à la formation, à l'éducation et au soutien psychologique. Tous ces éléments sont indispensables à une reconstruction durable.

Cependant, ces dispositifs restent encore insuffisants ou inégalement accessibles. Le manque de moyens, le faible accès à la formation ou encore le désintérêt relatif pour certaines

dimensions de l'accompagnement limitent leur portée (Maillard, 2016). Dès lors, la préparation à la sortie demeure partielle, ce qui fragilise les parcours post-carcéraux.

Ainsi, si la réinsertion se joue en grande partie après la libération, elle trouve en réalité ses fondements dès la détention. Renforcer le rôle des acteurs intra-muros, améliorer l'accès aux dispositifs et inscrire la préparation à la sortie dans une logique continue apparaissent comme des pistes essentielles pour limiter les effets de la stigmatisation et favoriser des trajectoires de reconstruction plus durables.

III. MÉTHODOLOGIE

1. Objectifs de la recherche

Ce mémoire s'intéresse aux différents impacts de la stigmatisation sociale sur le bien-être psychologique et la réinsertion des anciens détenus. Cette recherche se focalise sur le vécu émotionnel et les difficultés psychologiques que cette population peut traverser après la sortie de prison. Si les débats autour du monde carcéral se concentrent souvent sur les questions de criminalité, de récidive, de sécurité ou encore sur les problématiques budgétaires et institutionnelles, les conséquences plus subjectives et personnelles de la stigmatisation sur les individus concernés restent souvent peu abordées.

L'un des objectifs principaux de cette recherche est donc de donner la parole aux anciens détenus ainsi qu'aux professionnels travaillant quotidiennement à leurs côtés afin de dépasser certaines idées reçues ou représentations simplifiées souvent véhiculées par les médias, les discours politiques ou encore l'opinion publique. À travers cette recherche, il semblait important de mieux comprendre la réalité concrète et psychologique vécue par les anciens détenus au-delà des représentations sociales qui leur sont associées.

Ce mémoire cherche également à mettre en lumière l'importance du bien-être psychologique dans les processus de réinsertion. Les difficultés rencontrées après la détention ne relèvent pas uniquement de dimensions matérielles ou administratives mais touchent également profondément les émotions, l'identité, la confiance en soi, les relations sociales ou encore la capacité des individus à se projeter positivement dans l'avenir et à mobiliser les ressources nécessaires pour reconstruire leur vie. Dès lors, cette recherche vise à analyser les mécanismes de stigmatisation ainsi que leurs conséquences psychologiques, émotionnelles et identitaires, notamment à travers les phénomènes d'intériorisation du stigmate et de maintien du statut d'« ancien détenu ».

Enfin, ce travail a également pour objectif de questionner la responsabilité de la société dans les parcours de réinsertion. Au-delà des grandes institutions, chaque individu peut, à travers ses attitudes, ses jugements ou ses comportements, participer au maintien de la stigmatisation et influencer négativement les possibilités de réinsertion des anciens détenus.

2. Choix de la méthodologie

L'approche méthodologique choisie pour réaliser cette recherche repose sur une démarche qualitative à visée compréhensive et explicative basée sur des entretiens. Cette méthode semblait particulièrement adaptée au sujet étudié dans la mesure où cette recherche s'intéresse avant tout au vécu subjectif, aux émotions, aux perceptions et aux expériences personnelles liées à la stigmatisation carcérale et à la réinsertion sociale.

L'objectif est de comprendre en profondeur les conséquences psychologiques, émotionnelles et sociales de la stigmatisation carcérale ainsi que la manière dont celle-ci influence les parcours de réinsertion, ce qui demande d'aller au-delà des statistiques liées à la criminalité, à la récidive ou au fonctionnement institutionnel. Cette méthodologie permet donc de recueillir des données personnelles, détaillées et nuancées qui ne se limitent pas à des réponses prédéfinies mais qui donnent accès aux ressentis, aux émotions, aux difficultés identitaires ou encore aux stratégies développées face au regard de la société. Elle permet également de mieux comprendre la diversité des parcours et des réalités vécues par les anciens détenus.

Cette approche qualitative offre ainsi une manière plus approfondie et plus humaine d'aborder la question de la stigmatisation carcérale et de ses impacts sur le bien-être psychologique et la réinsertion sociale.

3. Techniques de collecte des données

La collecte des données repose principalement sur deux méthodes complémentaires : les entretiens semi-directifs réalisés auprès d'anciens détenus et de professionnels travaillant avec cette population ainsi que l'analyse de documents scientifiques issus de la littérature. Ces différentes méthodes permettent de recueillir des informations qualitatives et détaillées concernant le sujet de recherche.

3.1. Entretiens semi-directifs

Afin de récolter des informations les plus complètes et expérientielles possibles, les entretiens semi-directifs ont été privilégiés. Cette méthode permet d'explorer en profondeur

les expériences vécues et les récits personnels tout en conservant une certaine structure thématique autour du sujet de recherche. Elle offre également une plus grande flexibilité et permet d'aborder différentes dimensions du sujet de manière approfondie en fonction du vécu et des réponses des participants.

Les entretiens ont été réalisés auprès de deux anciens détenus ainsi que de quatre professionnels travaillant au contact de cette population. Au total, cinq entretiens ont été menés, dont un entretien réalisé avec deux professionnelles simultanément. Les entretiens ont été menés entre le mois de décembre et le mois de mars et ont duré entre 25 et 80 minutes.

Afin de guider les échanges, deux guides d'entretien ont été réalisés : le premier destiné aux professionnels (Annexe 1) et le second destiné aux anciens détenus (Annexe 2). Bien qu'adaptés à chaque public, ces guides recouvraient globalement les mêmes thématiques telles que l'expérience carcérale, les attentes liées à la sortie, les difficultés rencontrées, le jugement de la société, les phénomènes d'étiquetage, les effets psychologiques et identitaires de la stigmatisation ou encore les stratégies de résistance et les ressources mobilisées. Ces différentes thématiques ont permis d'explorer de façon la plus complète possible les diverses dimensions du sujet et de comprendre au mieux les expériences vécues.

Les entretiens ont été enregistrés avec le consentement des participants puis retranscrits intégralement afin de permettre une analyse approfondie des données récoltées (Annexe 3, 4, 5, 6, 7). Toutes les données ont été anonymisées afin de garantir la confidentialité des participants et le respect de leur vie privée.

3.2. Analyse des données

Les entretiens ont ensuite été analysés afin de dégager différentes catégories et thématiques pertinentes en lien avec la question de recherche. Cette analyse s'est appuyée à la fois sur les données récoltées sur le terrain et sur la littérature scientifique explorée dans le cadre du mémoire. Elle permet ainsi d'étudier les expériences vécues tout en les mettant en perspective avec différents apports théoriques concernant la stigmatisation, les mécanismes d'étiquetage, les effets psychologiques du regard social ou encore les difficultés liées à la réinsertion sociale.

3.3. Sélection des participants

Dans l'optique de récolter des entretiens auprès de professionnels du milieu judiciaire et carcéral ainsi qu'auprès d'anciens détenus, plusieurs associations et centres travaillant avec cette population ont été contactés par mail entre le mois d'octobre et le mois de mars. Des intervenants ayant participé à certaines conférences à l'UCLouvain ont également été sollicités.

Les réponses positives obtenues provenaient principalement d'associations et de professionnels du secteur. Par la suite, certains professionnels rencontrés lors des entretiens m'ont conseillé le contact d'anciens détenus ayant accepté de participer à cette recherche. Les professionnels ont donc principalement été trouvés grâce à des recherches personnelles et à des prises de contact directes, tandis que les anciens détenus ont été rencontrés via les recommandations de certains intervenants de terrain.

3.4. Présentation des participants

Cette recherche repose sur les témoignages de deux anciens détenus et de quatre professionnels travaillant dans l'accompagnement des personnes judiciairisées.

Le premier ancien détenu rencontré est un homme d'une cinquantaine d'années ayant purgé une peine de deux ans. Après sa sortie de prison, il s'est réorienté professionnellement et travaille aujourd'hui comme éducateur et assistant social auprès de jeunes sortant de prison. Il accompagne ces jeunes en s'appuyant notamment sur son propre parcours et son expérience de vie. Le second ancien détenu interrogé est également un homme d'une cinquantaine d'années ayant purgé une peine de dix ans. Il suit aujourd'hui une formation à la FUNOC (Formation pour l'Université Ouverte de Charleroi).

Concernant les professionnels, un entretien a été réalisé avec un homme aujourd'hui pensionné mais qui continue son travail d'accompagnateur au sein de l'ASBL Plateforme Sortants de Prison en tant que bénévole. Son rôle consiste notamment à accompagner les sortants de prison dans leurs démarches de réinsertion et à créer des collaborations avec différents services spécialisés. Il fait également partie de la commission de surveillance des prisons où il veille au respect des droits fondamentaux des détenus. Un autre entretien a été

réalisé avec deux professionnelles travaillant au SLAJ-V (Service Laïque d'Aide aux Justiciables et aux Victimes). La première travaille comme assistante sociale et accompagne les détenus ou anciens détenus dans toutes les démarches liées à l'extérieur de la prison ainsi que dans le soutien aux proches. La seconde est psychologue et travaille principalement autour de l'accueil de la parole, du suivi psychologique et de l'accompagnement des personnes judiciairisées. Enfin, un dernier entretien a été mené avec une assistante sociale travaillant à la FUNOC (Formation pour l'Université Ouverte de Charleroi), un centre de formation destiné à des personnes peu qualifiées.

4. Rapport critique

4.1. Biais méthodologiques

Plusieurs biais méthodologiques doivent être pris en compte dans le cadre de cette recherche.

Tout d'abord, un biais d'échantillonnage peut être relevé. En effet, il est important de notifier que les anciens détenus ont été particulièrement difficiles à recruter. Beaucoup de personnes contactées ne souhaitaient pas participer à la recherche, soit par manque d'intérêt, soit parce qu'elles ne souhaitent plus revenir sur cette période de leur vie, soit parce qu'elles ont le sentiment d'être constamment sollicitées ou observées à travers leur passé carcéral. D'autres encore ne se sentent simplement pas concernées ou disponibles pour participer à une recherche académique. Les deux anciens détenus rencontrés présentent par ailleurs des parcours de réinsertion relativement positifs. Bien que ces témoignages restent particulièrement riches et pertinents pour la recherche, ils ne représentent pas l'ensemble des trajectoires possibles après la prison, ce qui limite la diversité des points de vue récoltés ainsi que la généralisation des résultats.

Il faut également préciser qu'un troisième entretien avec un ancien détenu avait initialement été prévu mais n'a finalement pas pu être réalisé en raison de graves problèmes de santé rencontrés par ce participant au cours du mois de février. Après plusieurs semaines de contact avec la professionnelle servant d'intermédiaire, il m'a été annoncé au mois d'avril que cette personne était hospitalisée et ne serait plus en mesure de participer à l'enquête. Au vu de l'avancement du travail et après accord avec mon promoteur, il a été décidé de

poursuivre cette recherche avec uniquement deux entretiens d'anciens détenus. Cette situation renforce donc cette première limite présentée.

Un biais de mémoire peut également être envisagé étant donné que les deux anciens détenus interrogés sont sortis de prison depuis une dizaine d'années pour l'un et une trentaine d'années pour l'autre. Certains souvenirs peuvent donc avoir été oubliés, reconstruits ou influencés par le temps écoulé et par leurs réflexions ultérieures sur leur parcours.

Par ailleurs, comme dans toute recherche qualitative, un biais de l'enquêteur reste possible. La manière de poser certaines questions, les réactions lors des entretiens ou encore l'interprétation des propos peuvent influencer les réponses obtenues ainsi que l'analyse produite. Cette approche implique donc une certaine part de subjectivité dans le traitement des données récoltées.

4.2. Axes d'amélioration méthodologiques

Dans le cadre d'une recherche future, plusieurs améliorations méthodologiques pourraient être envisagées. D'abord, il serait intéressant d'élargir l'échantillon afin de diversifier davantage les profils rencontrés et les trajectoires de réinsertion observées. Interroger des personnes ayant connu des parcours plus précaires ou des expériences de récidive plus importantes permettrait probablement d'obtenir une vision encore plus complète de la problématique. Ensuite, il pourrait également être pertinent de varier davantage les profils pénaux, en tenant compte par exemple du type d'infraction commise ou de la longueur des peines purgées, afin d'observer plus précisément l'impact de ces variables sur le vécu de la stigmatisation, le bien-être psychologique et les possibilités de réinsertion sociale.

IV. ANALYSE DES ENTRETIENS

Comme expliqué dans la section précédente, les entretiens réalisés dans le cadre de cette recherche ont fait l'objet d'une analyse approfondie afin de dégager différentes catégories et thématiques pertinentes en lien avec la question de recherche. À la lumière des données récoltées sur le terrain et des apports de la littérature scientifique explorée tout au long du mémoire, plusieurs sujets sont apparus de manière particulièrement récurrente et marquante dans les discours des participants. Ces différentes thématiques ont été retenues parce qu'elles permettent de mettre en évidence plusieurs dimensions importantes du vécu des anciens détenus et de mieux comprendre les effets de la stigmatisation sur leur bien-être psychologique et leur réinsertion sociale. L'objectif de cette partie est donc d'apporter une compréhension la plus complète possible des mécanismes de stigmatisation observés dans les entretiens, de leurs conséquences psychologiques, identitaires et sociales mais aussi des difficultés concrètes rencontrées par les anciens détenus après leur sortie de prison. Les catégories présentées ci-dessous sont le résultat d'un travail d'analyse des entretiens mis en perspective avec la littérature scientifique afin de proposer une réflexion à la fois ancrée dans les témoignages récoltés et soutenue par différents apports théoriques.

L'analyse s'articule ainsi autour des catégories suivantes : l'étiquette pénale, la détresse émotionnelle, la fragilisation identitaire et la perte de repères, la méfiance mutuelle, le casier judiciaire et les obstacles structurels, les stratégies d'adaptation et la récidive, ainsi que le rôle du soutien social. Ensemble, ces différentes dimensions ont pour but d'éclairer de manière plus globale et nuancée les effets de la stigmatisation sur les anciens détenus et les difficultés auxquelles ils peuvent être confrontés dans leur processus de réinsertion.

1. Étiquette pénale

Comme nous avons pu le voir dans la littérature, plusieurs auteurs soulignent que la stigmatisation agit comme une étiquette identitaire durable qui réduit progressivement l'individu à son passé pénal (Reatini, 2025 ; Prémé, 2019 ; Mengoua & Nounou, 2025). Nous retrouvons très clairement cette idée dans les discours recueillis. En effet, l'accompagnateur travaillant au sein de l'ASBL Plateforme Sortants de Prison résume cette réalité de manière très directe : « *Mais en tout cas, c'est présent. La stigmatisation et l'étiquette ont beaucoup d'importance. Ça reste encore compliqué.* » (Annexe 3). À travers

cette remarque, nous observons que le passage par la prison peut continuer à définir socialement les individus bien après leur libération. Le stigmate pénal semble ainsi prolonger la peine dans l'espace social et dans les interactions quotidiennes.

Cette persistance apparaît clairement dans les discours portant sur la réinsertion. Plusieurs participants décrivent le sentiment de devoir continuellement prouver qu'ils ne se résument pas à leur passé judiciaire. Cette idée apparaît bien dans le témoignage suivant : « *T'as commis un acte répréhensible qui a occasionné des victimes et qui t'a fait payer je ne sais pas combien d'années de ta vie en détention, c'est un sac que vous portez sur le dos même si vous avez réussi, la société tout va bien, pas de problème, vous avez la maison, vous avez tout, ... Il reste toujours ce poids de l'acte commis, je pense bien, et il faut vivre avec.* » (Annexe 3). Cette image du « sac » traduit le poids durable et difficilement effaçable du stigmate pénal. Nous pouvons donc voir que, même lorsque certaines formes de stabilité sont retrouvées, le passé carcéral continue à influencer les relations sociales et la manière dont les individus se perçoivent eux-mêmes.

Les travaux de Larouche (2008) et Mariaux (2020) permettent de comprendre ce phénomène à travers l'idée de réduction identitaire. L'expérience carcérale tend progressivement à associer l'individu à une identité unique de « détenu » ou de « délinquant » au détriment des autres dimensions de son identité sociale. Cette réduction identitaire apparaît de manière très concrète dans les discours des anciens détenus. L'un d'eux exprime clairement : « *J'ai eu un... Comment on dit ? Une étiquette sur le front. (...) je l'ai encore maintenant. Même avec la police, maintenant, je l'ai encore.* » (Annexe 7). Cette phrase est particulièrement révélatrice du caractère omniprésent du stigmate. L'étiquette est décrite comme visible, presque inscrite physiquement sur la personne. Même lorsqu'elle n'est pas explicitement rappelée, elle semble continuellement présente dans le regard des autres et dans les interactions quotidiennes.

Cette assignation identitaire pèse fortement sur le bien-être psychologique des anciens détenus. Plusieurs participants évoquent la difficulté de vivre avec le regard social et le sentiment de rester enfermés dans une image négative. L'un des anciens détenus explique : « *Ce qui est dur, c'est le regard des gens. Parce que j'ai quand même tué quelqu'un. Le regard des gens. Et après 10 ans, ils m'ont pas oublié hein... Ça a été dur. Les gens, même que j'entendais quand j'entrais quelque part, j'entendais chuchoter, qu'ils parlaient de moi.*

Ils disaient "Ouais, celui-là, il a fait ci, il a fait ça". Et ça, c'était difficile... » (Annexe 7). Ce témoignage montre qu'en plus des discriminations visibles ou officielles, la stigmatisation s'exprime aussi dans des regards, des murmures, des attitudes ou des réactions implicites qui rappellent constamment à la personne son passé pénal.

Les entretiens mettent également en évidence le rôle des représentations collectives dans le maintien de cette stigmatisation. Plusieurs intervenants insistent sur le fait que les anciens détenus restent associés à des figures perçues comme dangereuses ou moralement mauvaises au sein de la société. Cette réalité semble notamment renforcée par une forte méconnaissance du monde carcéral et des réalités vécues par les personnes détenues. La psychologue rencontrée explique au sujet des détenus : *« Tout le monde veut qu'ils restent là, qu'on les voit pas (...) Et comme c'est, aussi je trouve la prison c'est assez secret. Quand tu es à l'extérieur je trouve que tu sais vraiment peu de choses, on veut que tu ne saches pas grand-chose je trouve et où pourtant c'est un sujet où je trouve que tout le monde a un avis. »* (Annexe 4) Cette analyse rejoint les travaux de Hirschfield et Piquero (2010) qui constatent que les représentations des anciens détenus se construisent souvent davantage à partir de peurs sociales, de récits médiatiques ou de stéréotypes que d'expériences directes. Nous retrouvons cette idée dans plusieurs entretiens. La psychologue relate par exemple certaines réactions lorsqu'elle parlait de son travail : *« "Quoi ? Tu bosses avec des meurtriers, tu bosses avec des violeurs, tu bosses..." »* (Annexe 4). Elle ajoute : *« Il y a des fantasmes dingues autour de la figure du meurtrier, la figure du prisonnier... »* (Annexe 4). Ces propos montrent bien que la figure du détenu reste associée à des représentations extrêmement négatives dans l'imaginaire collectif. L'ancien détenu est perçu comme dangereux, imprévisible ou moralement mauvais, ce qui alimente la distance sociale et les mécanismes d'exclusion.

Cette représentation négative semble également renforcée par la manière dont la délinquance et la réinsertion sont abordées dans l'espace public. Un ancien détenu souligne : *« (...) le problème, c'est qu'on ne parle jamais des gens qui se sont réinsérés. C'est comme si ça n'existait pas. Et quand on parle de la délinquance, de la réinsertion, c'est toujours en termes négatifs. »* (Annexe 6). À travers ce constat, nous observons que les anciens détenus restent principalement associés, dans les représentations collectives, à leur passé pénal plutôt qu'aux efforts de réinsertion qu'ils peuvent entreprendre. Les parcours de réinsertion restent largement invisibles, tandis que les récits liés à la criminalité occupent une place centrale

dans les discours sociaux et médiatiques. Cette focalisation contribue à maintenir une image figée et dévalorisée de l'ancien détenu, renforçant ainsi les mécanismes de stigmatisation déjà présents. Cette logique apparaît également dans le témoignage suivant : « *Déjà, il faut écouter ce qu'ils pensent des détenus, c'est "ils méritent d'être là, ils n'ont pas le droit d'avoir un moindre confort", et on les prend pour des chiens, quoi. Vraiment.* » (Annexe 4). Nous pouvons observer ici que certains discours sociaux dépassent largement la simple condamnation de l'acte pour atteindre une forme de déshumanisation des personnes détenues ou anciennement détenues. Cette perception contribue fortement à leur exclusion symbolique de la société.

Les entretiens montrent également que cette étiquette pénale ne s'exerce pas de manière isolée. Au contraire, elle vient souvent s'ajouter à d'autres formes de stigmatisation déjà présentes avant l'incarcération. De ce fait, les stigmates tendent à se cumuler et à renforcer les processus de marginalisation (Bilge & Roy, 2010 ; Faure & Ndobu, 2014 ; Linard, 2025). Cette dimension intersectionnelle apparaît dans beaucoup de discours. L'ancien détenu actuellement éducateur partage notamment : « *Oui les garçons, ils sont stigmatisés de couleur de peau, ils fonctionnent pas comme les autres, pas la même région machin (...) Oui, ils sont stigmatisés. Et en plus quand ils ont une étiquette d'ancien détenu, je vous raconte pas, c'est encore pire hein !* » (Annexe 6). Cette citation met en évidence le caractère cumulatif de la stigmatisation. L'étiquette pénale vient se superposer à d'autres stigmates liés à l'origine, au quartier, à la pauvreté et/ou au parcours de vie.

Les professionnels insistent également sur cette accumulation des vulnérabilités. Une assistante sociale explique : « *Et puis, pour d'autres, c'est aussi le cumul. Finalement, j'ai un logement pas décent, je n'ai pas de thunes, je ne sais pas m'habiller correctement. Je suis déjà un peu écarté de la société par rapport à ça. En plus, je suis ex-détenu. S'il y a du cumul, ça devient dur. (...) Ce sont des gens qui subissent des stigmates depuis toute leur vie, que ce soit l'éducation, les origines. Rares sont les détenus pour qui vous avez un parcours de vie super linéaire, papa-maman ensemble, travailleurs, super équilibrés, on part en vacances tous les ans. C'est assez rare.* » (Annexe 5). Cette remarque appuie également le fait que la stigmatisation pénale agit rarement seule et renforce des trajectoires déjà marquées par la précarité, l'exclusion ou les inégalités sociales.

Enfin, cette stigmatisation peut progressivement être intériorisée par les personnes concernées. Pour rappel, plusieurs auteurs décrivent ce phénomène sous le terme d'auto-stigmatisation, c'est-à-dire le processus par lequel l'individu finit par intégrer les représentations négatives qui lui sont renvoyées (Linard, 2025 ; Wagner-Egger, 2021 ; Dubreucq, 2020). Nous retrouvons cette dynamique dans les entretiens avec la psychologue qui explique : « (...) même ceux qui, du coup, s'identifient totalement à ce stigmaté-là et en fait, restent dedans parce que leur histoire de vie, parce que leur histoire familiale, parce que toute leur socialisation, le quartier, la famille, toute leur socialisation à eux, s'est construite dans la figure du délinquant et donc, en fait, ils ne veulent pas la lâcher. Quelque part, c'est leur construction, c'est leur identité. » (Annexe 4). Nous observons ici que le stigmaté pénal ne se limite plus au regard extérieur mais peut finir par structurer profondément le rapport à soi. Lorsqu'un individu grandit dans des environnements où il est continuellement renvoyé à une image dévalorisée, il devient particulièrement difficile d'imaginer une autre identité possible. Cette idée apparaît encore plus brutalement lorsqu'une assistante sociale affirme : « (...) c'est soit je réussis à me mettre en tête que je suis taulard, uniquement taulard et ce sera pour ma survie psychologique ou je meurs en fait. » (Annexe 5). Autrement dit, l'identification au stigmaté peut parfois devenir une stratégie de survie psychique face à des trajectoires marquées par les ruptures, le rejet et l'exclusion sociale.

Ainsi, l'analyse des entretiens met en évidence que l'étiquette pénale constitue un mécanisme central dans les effets de la stigmatisation sur les anciens détenus. Elle influence le regard social, les possibilités de réinsertion ainsi que la construction identitaire des individus. En enfermant durablement les anciens détenus dans une identité socialement discréditée, cette stigmatisation fragilise leur bien-être psychologique et complique leur place au sein de la société.

2. Détresse émotionnelle

Il est important de rappeler que la sortie de prison apparaît comme une période particulièrement anxiogène. En effet, alors qu'elle est souvent imaginée comme un moment de liberté ou de soulagement, la littérature ainsi que les témoignages récoltés montrent qu'elle est également associée à une forte incertitude. Plusieurs intervenants décrivent ce passage comme une période de grande vulnérabilité psychologique. L'accompagnateur rencontré observe notamment : « C'est un moment espéré pour beaucoup de détenus,

forcément. Mais c'est aussi un moment redouté où il y a beaucoup d'incertitudes et de stress pour toutes sortes de raisons. » (Annexe 3). Cette ambivalence rejoint les travaux de Dindo (2014) qui montrent que la sortie suscite fréquemment des angoisses liées à la capacité à se réadapter à la vie sociale après une longue période d'enfermement. Cette peur de la sortie apparaît également dans les discours des anciens détenus eux-mêmes. L'un d'eux explique : *« Et je pense que tout détenu quel qu'il soit a peur de sortir parce qu'il sait pas... Alors si effectivement il a des moyens, ça va aller. Et encore ! Pour autant qu'il ait du boulot etc. Si effectivement il n'a rien, il aura l'intérêt d'être bien accompagné, d'avoir un projet parce que sinon il retombe très vite. Aussi vite qu'il est rentré en fait. Oui donc tout le monde appréhende sa sortie. »* (Annexe 6). Ce témoignage souligne comment la sortie confronte immédiatement les individus à de nombreuses inquiétudes liées à leur avenir, à leur stabilité et à leur capacité à retrouver une place dans la société. Cette insécurité émotionnelle constitue un état de vulnérabilité psychologique important sur lequel le regard stigmatisant de la société peut ensuite avoir des grosses répercussions.

Les professionnels rencontrés insistent également sur le poids psychologique des difficultés quotidiennes rencontrées après la libération. La psychologue rencontrée explique par exemple : *« Et oui, c'est vraiment juste du soutien psy au fait que les démarches administratives et sociales les stressent. »* (Annexe 4). Cet extrait montre que les anciens détenus doivent très rapidement faire face à une accumulation de tensions administratives, sociales et matérielles qui entretiennent un état de stress quasi permanent. Une assistante sociale décrit : *« Donc, c'est une vie (...) qui est épuisante et donc, il y en a quand même qui arrivent à ce point de "je suis fatigué et j'aimerais vraiment bien sortir de là, comment je fais ?" (...) C'est une fatigue parce que c'est des tracas non-stop qui sont un peu sous-jacents dans leur tête. »* (Annexe 4) Nous pouvons donc voir que beaucoup d'anciens détenus se trouvent déjà dans une situation de fatigue psychologique importante du fait de composer avec les difficultés matérielles, la peur du rejet et les effets de la stigmatisation. Cette pression psychologique constante rejoint les observations de Dubreucq (2020) qui soulignent que, lorsqu'il devient chronique, le stress est associé à une augmentation de l'anxiété, de l'évitement social, du désespoir et à une détérioration globale du fonctionnement psychologique.

Nous avons également vu que le stigmate carcéral place souvent les anciens détenus dans un climat d'incertitude permanente marqué par la peur du regard d'autrui et par la sensation de

porter une identité « abîmée » (Naoli, 2016). Nous pouvons retrouver cette idée dans le témoignage d'un des anciens détenus : « (...) *la récidive, le manque de confiance de soi, la peur, parce qu'effectivement, être libéré, ça suppose effectivement qu'on va devoir chercher du boulot, "Est-ce qu'on va m'accepter ?" , c'est ça, donc il y a plein de questions qui vont évidemment interroger l'individu, et ça peut être très épuisant d'ailleurs ! Ça peut être un sentiment de honte si on est pointé du doigt. Être stigmatisé, de honte, de pas confiance, de manque de confiance en soi* » (Annexe 6). Cet extrait montre à quel point la stigmatisation peut fragiliser émotionnellement les anciens détenus. La peur d'être rejeté, jugé ou pointé du doigt semble occuper une place permanente dans leur quotidien et affecter profondément leur confiance en eux ainsi que leur manière d'envisager l'avenir. Cette souffrance émotionnelle passe aussi par un important sentiment de honte. Comme le souligne Linard (2025), la honte et la culpabilité font partie des émotions les plus fréquemment associées à la stigmatisation. Souvent intériorisées et peu exprimées, elles finissent parfois par être perçues comme « normales » par les personnes concernées elles-mêmes qui considèrent leur souffrance comme méritée au regard de leur passé.

Cette honte semble également peser sur les relations sociales et affectives. À titre d'exemple, l'accompagnateur interviewé explique : « *Oui, voilà, la solitude et la difficulté de rencontrer quelqu'un, (...) et d'avoir la franchise, l'humilité de pouvoir en parler en couple. Ça c'est aussi une difficulté hein de reprendre une relation, de partager correct dans un couple, c'est pas facile...* » (Annexe 3). Nous pouvons établir un lien avec les travaux de Dubois et Ouellet (2020) indiquant que les rencontres amicales ou amoureuses sont souvent vécues comme risquées en raison de la question du dévoilement du passé pénal. Le passé carcéral devient alors un sujet sensible, parfois difficile à aborder tant la peur du jugement reste présente. Cette difficulté est aussi perceptible dans le témoignage d'un ancien détenu qui affirme : « *Et en plus, il ne faudrait pas croire hein. Moi, je ne suis pas fier d'avoir fait la prison. Donc, il n'y a aucune fierté à ça.* » (Annexe 6) Cette phrase illustre bien le poids émotionnel associé au parcours carcéral ainsi qu'une forme de honte durable liée au regard porté par la société.

Parallèlement à la honte, plusieurs entretiens mettent également en évidence une forte colère. Celle-ci semble souvent liée au sentiment d'avoir été réduit durablement à son passé pénal ou à l'impression d'être continuellement puni malgré la fin de la peine. Une assistante sociale constate : « (...) *pour la plupart, ils se sentent toujours injustement punis ou trop punis. Et donc ils ont un rapport comme ça à la justice et à l'autorité qui est quand même compliqué.*

» (Annexe 5). Cette colère paraît alimentée par un sentiment d'injustice durable, renforcé par certaines expériences vécues en détention ou lors de la réinsertion. La psychologue évoque des personnes « *hyper fâchées contre la justice* » qui ont l'impression que « *la prison c'est dégueulasse* » ou qu'« *on fait tout pour me casser* » (Annexe 4). Ces propos rejoignent les travaux de Naoli (2016) qui constatent que les attitudes stigmatisantes peuvent favoriser des réactions d'hostilité ou de défiance à l'égard de la société. Cependant, les entretiens montrent aussi que cette colère est rarement exprimée de manière simple ou directe. Elle semble souvent mêlée à d'autres émotions comme la peur ou le découragement. Un ancien détenu explique par exemple : « *On m'a insulté de meurtrier une fois. On m'a dit... On m'a insulté d'assassin. (...) J'avais la colère. J'avais envie de... Mais je ne pouvais pas. Ça, c'était dur. Oui... Mais c'est pour ça je suis solitaire. Je préfère.* » (Annexe 7). Ce témoignage est particulièrement marquant car il montre clairement comment certaines expériences de stigmatisation conduisent progressivement à l'isolement. La solitude apparaît ici comme une stratégie de protection face au risque de rejet ou d'humiliation.

Cette question de l'isolement revient de manière très forte dans les entretiens. Plusieurs professionnels décrivent la solitude comme une difficulté majeure chez les anciens détenus. L'accompagnateur rencontré affirme même : « *(...) la solitude, c'est énorme. Énorme. C'est vraiment un gros gros gros souci. (...) Et quand ils sortent, c'est terrible. Mais vraiment ! Le fait de se retrouver à la fois peut-être seul dans un logement, je ne dis pas hein, mais aussi seul à prendre un café, seul à aller faire ses courses, seul...* » (Annexe 3). Cette solitude semble liée autant à la rupture des liens sociaux qu'à la difficulté et la peur de recréer de nouvelles relations après l'incarcération. Beaudoin (2017) souligne d'ailleurs que certains anciens détenus choisissent eux-mêmes de prendre leurs distances par peur du jugement ou par sentiment d'étrangeté face aux autres.

Cette accumulation de stress, de honte, de colère et de solitude semble avoir des conséquences importantes sur l'estime de soi. En effet, plusieurs entretiens montrent que certains anciens détenus perdent confiance en eux face aux représentations négatives qui leur sont renvoyées. L'ancien détenu devenu éducateur explique ainsi : « *Alors l'estime d'eux-même, ils en ont très peu parce que à force de dire qu'ils étaient difficiles, ils finissent par y croire, c'est ça la grosse erreur. Mais ça ils ne savent pas et donc le travail d'accompagnement, c'est ça, c'est de dire "Mais non, tu te résumes pas à ce qui s'est passé", mais on finit par y croire* » (Annexe 6). Ces propos rejoignent les travaux de Reatini (2025)

et de Croizet et Martinot (2003) qui montrent que les expériences répétées de discrimination et l'anticipation du rejet fragilisent fortement l'estime de soi et le sentiment de légitimité sociale.

Dans certains cas, cette détresse émotionnelle semble aller jusqu'à une impression d'impossibilité de retrouver sa place dans le monde extérieur. Un ancien détenu confie par exemple : « *Au début, quand je suis sorti, je me disais que j'étais mieux en prison que dehors. (...) Je voulais même y retourner.* » (Annexe 7). Le monde extérieur apparaît ici comme plus angoissant et plus insécurisant que l'univers carcéral pourtant associé à l'enfermement. Ce témoignage rejoint les observations de Mariaux (2020) qui soulignent que certaines personnes développent une forme de dépendance institutionnelle après de longues périodes de détention, liée à la perte d'autonomie et à la difficulté à retrouver des repères sociaux, ajoutant que l'incarcération peut parfois prendre une dimension traumatique et entraîner des effets durables sur le fonctionnement psychologique et social des individus. Nous retrouvons d'ailleurs cette idée dans les entretiens où une assistante sociale évoque : « *(...) il y a une espèce d'énorme angoisse, même s'ils n'en ont pas conscience, il y a souvent un méchant traumatisme carcéral quand même, voilà, une sonnette, ils font un bond, le fait d'avoir cours, d'être à plusieurs, ils ne sont finalement pas préparés à ça.* » (Annexe 5).

Enfin, un élément qui apparaît de manière particulièrement frappante dans les entretiens, c'est la difficulté qu'ont beaucoup d'anciens détenus à mettre des mots sur leurs émotions et leur vécu. L'accompagnateur questionné explique : « *(...) progressivement, tu te mets dans un silence intérieur parce que à qui tu veux parler ? (...) La parole n'est pas libérée en prison* » (Annexe 3). Ce constat est essentiel dans le cadre d'une analyse de la détresse émotionnelle observée dans les entretiens. En effet, tous les participants décrivent des parcours marqués par des violences, des ruptures, de l'angoisse ou de la souffrance psychologique mais leurs émotions restent souvent peu verbalisées. Une assistante sociale évoque d'ailleurs une formation sur la masculinité en prison où « *les hommes, quand on leur demandait dans quelles émotions ils se sentaient, c'était quasi que la colère* » (Annexe 4). Cette difficulté ou cette incapacité à exprimer ses émotions semble profondément liée aux normes du milieu carcéral et aux trajectoires de socialisation masculines. L'accompagnateur précise notamment la difficulté d'intervenir sur le caractère psychique de cette population : « *La gestion, l'accompagnement de toutes les difficultés à la fois matérielles, qui sont quand même nombreuses, et en même temps la difficulté intérieure de la personne, qu'elle trouve*

ses repères sociaux. Une chose est d'avoir une maison, une chose est de s'y sentir bien, de se sentir bien dans la vie. C'est vraiment les deux qui sont difficiles. Et il y a une chose sur laquelle on a peu de prise, c'est sur la matière intérieure de la personne. Une maison, c'est galère hein, mais il y a moyen de trouver, c'est du matériel, c'est du concret. La déprime ou quelqu'un qui a des tendances suicidaires... » (Annexe 3). Nous pouvons donc constater que derrière les obstacles administratifs ou sociaux se trouvent souvent des souffrances psychologiques profondes alimentées par le rejet, l'isolement et la difficulté à retrouver une place légitime dans la société.

3. Fragilisation identitaire et perte de repères

Comme nous l'avons vu dans la littérature, l'identité se construit à travers les interactions sociales, les appartenances et le regard porté par autrui (Fischer, 2020 ; Cohen-Scali & Moliner, 2008). Or, la prison constitue un environnement extrêmement particulier dans lequel les individus évoluent durablement sous contrôle institutionnel et sont continuellement renvoyés à leur statut de détenu. Plusieurs auteurs affirment ainsi que l'incarcération modifie progressivement le rapport que les individus entretiennent avec eux-mêmes et avec leur environnement social (Larouche, 2008). L'accompagnateur rencontré illustre cette réalité : *« Parce qu'en prison, on développe une autre identité pour résister, pour réagir. Donc, on est dans un monde sécuritaire. (...) On ne décide rien de soi-même. (...) Et du coup, on développe une identité qui n'est pas la nôtre. »* (Annexe 3). Cet extrait montre bien que l'identité développée en détention répond avant tout à une logique d'adaptation au milieu carcéral. Les comportements, les habitudes et les manières d'être qui permettent de survivre psychologiquement en prison ne correspondent plus forcément à ce qui est attendu à l'extérieur. Nous pouvons alors comprendre pourquoi certains anciens détenus décrivent la sortie comme un véritable choc identitaire.

Cette idée revient à plusieurs reprises dans les entretiens. Le même accompagnateur poursuit en expliquant : *« Et les détenus, quand ils ont vécu des années en détention, ils sont coupés de ce qui est réel. La société continue à évoluer, forcément. Et en même temps, ils développent une autre identité, leur propre identité par rapport à ce qu'ils vivent tous les jours, qui fait que, quand ils sortent, ça ne correspond plus à ce qui est nécessaire dans la société. »* (Annexe 3). La prison apparaît alors comme un espace qui crée progressivement une forme de décalage avec le monde extérieur. Lors de la sortie, ils doivent donc non

seulement faire face à la stigmatisation sociale mais aussi réapprendre des comportements ordinaires qui avaient perdu leur évidence. Cette perte de repères se manifeste parfois dans des situations extrêmement concrètes. Une assistante sociale prend l'exemple d'un homme bénéficiant d'un congé pénitentiaire après une très longue peine : « (...) *il stressait parce qu'il me disait (...) que ça faisait des années qu'il avait pas mangé à table en fait. Il mange toujours assis sur son lit. Et donc il savait pas s'il allait gérer de rester à table au milieu de plein de gens alors que ça fait des années qu'il mange tout seul.* » (Annexe 4). Ce qui semble banal dans la vie quotidienne peut devenir source d'angoisse après plusieurs années passées dans un environnement carcéral. Nous pouvons également voir que, au-delà de la question pratique, cette peur renvoie à la crainte de ne plus être adapté aux autres et de ne plus savoir trouver sa place dans les interactions sociales.

Cette difficulté d'adaptation rejoint les observations de Dindo (2014) qui révèlent que les anciens détenus doivent souvent réapprendre à évoluer dans l'espace public, à gérer leur autonomie ou à accomplir des gestes simples du quotidien après de longues périodes d'enfermement. Parallèlement, un ancien détenu explique : « *Au début, ce que j'ai eu dur, c'est la foule, les gens, beaucoup de gens autour de moi, je supportais pas, parce que j'étais pas habitué, j'étais tout seul en cellule, j'allais une heure, deux heures par jour dehors au préau, c'est tout. Quand j'avais la foule, et la vision au long... Comment on appelle ça ? L'horizon ! J'avais mal aux yeux quand je voyais l'horizon.* » (Annexe 7). Cette phrase est très révélatrice du choc, même physique, du retour à l'extérieur. L'espace ouvert, la foule ou simplement la vue de l'horizon deviennent déstabilisants après des années passées dans un environnement fermé et contrôlé.

Cette impression de décalage avec le monde extérieur revient aussi beaucoup dans les discours des professionnels. Une assistante sociale explique par exemple : « *ils sont très, très perdus* » (Annexe 4). Elle évoque ensuite des personnes qui découvrent l'évolution du coût de la vie, la numérisation des démarches administratives ou encore l'usage devenu omniprésent et indispensable des outils numériques, avant d'ajouter : « *Et en fait, la prison, c'est vraiment, j'ai l'impression, un temps d'arrêt. Donc, ils sont là, mais ils n'évoluent pas dans la société et en même temps que la société. Et donc, ils ressortent de là complètement paumés. Alors que de base, c'était des gens qui étaient comme vous et moi.* » (Annexe 4). La prison suspend donc bien la liberté mais aussi la participation à la vie sociale ordinaire.

Les anciens détenus se retrouvent alors confrontés à des exigences administratives, numériques ou relationnelles pour lesquelles ils ne se sentent parfois plus compétents.

Cette perte d'autonomie apparaît également dans les gestes les plus simples du quotidien. Un ancien détenu évoque par exemple : « *Au début, quand je suis sorti, j'attendais genre une porte qu'on ouvre, moi. Je n'ouvrais pas la porte moi-même. J'attendais qu'on m'ouvre. Parce que j'avais plus l'habitude d'être... D'ouvrir une porte.* » (Annexe 7). Cette phrase illustre concrètement les effets de l'institution carcérale sur les habitudes comportementales et sur le rapport à l'autonomie. Comme l'explique Larouche (2008), la prison impose un cadre extrêmement structuré dans lequel les comportements ordinaires sont soumis à des règles strictes et à un contrôle constant. Progressivement, différents réflexes liés à la détention s'installent durablement et rendent certaines situations du quotidien plus difficiles à gérer une fois dehors. Plusieurs professionnels insistent d'ailleurs sur le caractère infantilisant du fonctionnement carcéral. Une assistante sociale explique : « *Parce qu'aussi, je trouve que la prison infantilise énormément les détenus. Il faut demander pour avoir, pour certains, pour avoir un briquet. Il faut demander pour sortir. Enfin, il faut demander pour tout. Il y a des heures précises pour aller au préau. Et donc, en fait, même pour ouvrir une porte, ils doivent demander. Et donc, en fait, tout d'un coup, se retrouver de "on les prend pour des enfants, il faut faire une demande pour tout et ils ne choisissent rien, ils ne choisissent pas l'heure à laquelle ils mangent, ils ne choisissent pas l'heure à laquelle ils sortent, etc."* à "je suis dans la nature"... » (Annexe 4). Nous pouvons faire un lien avec les observations de Caisne (2007) indiquant que l'organisation carcérale repose sur un contrôle permanent des déplacements, des objets ou des comportements. Cette logique institutionnelle semble progressivement modifier la manière dont les individus se perçoivent eux-mêmes et interagissent avec leur environnement. Un ancien détenu explique ainsi : « *Et donc il y a un processus de dépersonnalisation qui est en train de s'opérer en fait. Et donc tu n'es plus un homme normal, tu deviens un détenu.* » (Annexe 6). Cette phrase résume bien les mécanismes décrits par Larouche (2008) selon lesquels le statut de détenu tend progressivement à prendre le dessus sur les autres dimensions de l'identité sociale. L'individu finit par être défini, par les institutions mais aussi parfois par lui-même, à travers cette seule caractéristique.

Cette identification au statut carcéral apparaît également dans les discours des professionnels. L'un d'eux rapporte par exemple : « *Et donc certains, on a dû casser ça en*

se disant à partir du moment où tu arrives en formation, tu n'es plus détenu de l'aile section machin, numéro de cellule un tel. Moi, j'avais des détenus qui disaient au moment de la pause "On sort au préau" et je leur disais "Non les gars, ici vous êtes dehors maintenant, il va falloir sortir de cette identification", ou alors en plaisantant ils appellent leur formateur "Chef" et c'est un formateur. » (Annexe 5). Ces éléments peuvent sembler anecdotiques mais ils révèlent à quel point les habitudes, le vocabulaire et les repères liés à la détention continuent parfois à structurer le rapport au monde bien après la sortie.

Cette difficulté à retrouver des repères apparaît finalement de manière très forte dans le témoignage d'un ancien détenu qui explique : *« (...) il ne faut pas oublier que la détention, par définition, rétrécit l'esprit, et rétrécit le champ des possibles, dans sa tête et dans son corps, puisqu'on est dans un espace confiné. (...) il faut que ton cerveau se réhabitue avec un nouveau logiciel qui est celui de la liberté, donc c'est pas simple. Et puis neurologiquement, il faut retrouver ces nouvelles sensations, ou de nouvelles sensations, parce qu'effectivement, tu te sens oppressé, tu étais contenu, et puis tu as des barrières qui sont ouvertes, et puis tu as retrouvé ton espace, ton image du corps que tu avais, dans un nouvel espace, c'est pas simple à gérer ça aussi. C'est une fatigue mentale ! » (Annexe 6).* Cette image du « nouveau logiciel » illustre particulièrement bien le travail psychique que représente la sortie de prison. La réinsertion ne consiste pas uniquement à retrouver un logement ou un emploi, elle implique aussi de réapprendre à habiter un espace ouvert, à faire des choix, à se projeter dans l'avenir et à reconstruire une identité en dehors du statut de détenu. Cette idée rejoint les observations de Liwerant (2001) qui montre que l'expérience carcérale modifie profondément le rapport au temps et entrave la capacité à élaborer des projets pour l'avenir. Le temps en prison apparaît souvent suspendu et répétitif, ce qui rend difficile l'anticipation concrète de la sortie et des étapes nécessaires à la réinsertion. Nous comprenons alors que le retour à la vie extérieure puisse être vécu comme une expérience profondément déstabilisante. Les anciens détenus doivent non seulement se réadapter à une société qui a continué d'évoluer sans eux, mais aussi apprendre à vivre avec un statut de détenu et un stigmatisme social qui continuent souvent à marquer durablement leurs trajectoires.

4. Méfiance mutuelle

Les entretiens mettent en évidence une autre conséquence importante de la stigmatisation : l'installation progressive d'un climat de méfiance réciproque entre les anciens détenus et la

société. Pour rappel, comme le montrent Dubet et ses collègues (2023), le stigmate associe l'individu à une identité dévalorisée qui favorise la suspicion, l'évitement et différentes formes de discrimination. Les personnes concernées développent alors une vigilance constante liée au fait de savoir qu'elles peuvent être jugées ou rejetées à tout moment. Et en effet, plusieurs participants évoquent une peur permanente du regard des autres, y compris dans des situations ordinaires du quotidien. L'accompagnateur interviewé relate à propos d'une détenue : « (...) *son fils avait eu un imprévu et il n'avait pas pu venir pour raison x, et tout de suite « Il me juge. », et de nouveau « Il sait bien ce que j'ai fait. » (...) Mais ça peut durer hein. Ça peut durer, ça peut durer des années. »* (Annexe 3). Cette réaction est particulièrement intéressante car elle met en évidence que le sentiment d'être jugé dépasse souvent les situations de discrimination explicite. Le regard négatif est parfois anticipé avant même qu'il ne soit réellement exprimé. Dubois et Ouellet (2020) expliquent justement que le stigmate carcéral nourrit une peur constante du jugement, alimentée à la fois par des expériences concrètes de rejet et par l'anticipation de réactions négatives.

Cette vigilance apparaît également dans le témoignage d'un ancien détenu qui explique : « *Enfin moi, les premiers jours, après deux ans de détention, je me retrouvais dans un métro, je me demandais "On me regarde ? ", donc il y a tout qui est contre nous.* » (Annexe 6). Nous percevons bien la manière dont la stigmatisation peut transformer le rapport aux interactions sociales les plus banales. L'espace public devient un lieu d'insécurité dans lequel l'individu se sent observé, évalué ou suspecté. Nous pouvons alors comprendre pourquoi certains anciens détenus développent progressivement des comportements d'hypervigilance ou de méfiance envers les autres. Cette méfiance semble d'ailleurs influencer directement les comportements du quotidien. Le second ancien détenu explique par exemple : « *J'essaye d'éviter les problèmes, beaucoup. (...) Maintenant, quand j'y vais, j'évite les problèmes. Je fais attention, je me méfie... Maintenant, quand je vais au magasin, je prends tous les tickets. (...) J'ai des nouveaux réflexes que je n'avais pas avant.* » (Annexe 7). Cet extrait montre que certaines personnes finissent par adapter continuellement leurs comportements afin d'éviter toute situation pouvant être interprétée négativement. La peur d'être accusé, contrôlé ou soupçonné semble alors devenir une préoccupation permanente. Beaudoin (2017) souligne justement que les anciens détenus développent souvent une vigilance constante dans leurs relations sociales liée à la peur de voir leur passé révélé ou utilisé contre eux.

Les entretiens montrent également que cette méfiance ne repose pas uniquement sur des craintes subjectives. En effet, elle s'appuie souvent sur des expériences concrètes de rejet ou de mise à distance. Une assistante sociale explique par exemple avoir accompagné une ancienne détenue à la commune afin de récupérer ses documents administratifs : « *Et alors elle dit "Oui mais il faudrait que vous reveniez demain" et je dis "Non non, écoutez, madame elle sort de prison et elle a une permission de sortir pour venir faire ça, donc là actuellement elle vit en prison", et là tu vois leur tête, genre "Oula". Et ils se disent mon dieu mais qu'est-ce qu'elle a fait ? Ils pensent toujours évidemment au pire alors que c'est que c'est quelqu'un de très gentil...* » (Annexe 4). Nous pouvons faire le lien avec les mécanismes décrits par Hirschfield et Piquero (2010) selon lesquels les personnes judiciairisées restent fréquemment associées à des représentations de dangerosité, de malhonnêteté ou d'imprévisibilité morale. Le passé pénal semble alors suffire à modifier le regard porté sur la personne indépendamment de son comportement réel.

Cette image de dangerosité apparaît également dans les relations sociales de proximité. Un ancien détenu explique ainsi : « *Et même, des fois quand je voulais rentrer dans une soirée, on ne voulait pas me faire rentrer. (...) Ils disaient "Vous direz à leur fille de ne pas me fréquenter, vous direz à leur enfant de ne pas me fréquenter".* » (Annexe 7). Le stigmatisme carcéral dépasse donc largement la personne concernée elle-même. De ce fait, les anciens détenus peuvent être perçus comme une menace potentielle pour leur entourage ou pour les autres membres de la communauté. Mengoua et Nounga (2025) affirment d'ailleurs que les anciens détenus sont souvent considérés comme des individus susceptibles d'influencer négativement les autres, notamment les enfants, ce qui renforce leur exclusion sociale.

Cette mise à distance sociale semble progressivement produire une méfiance réciproque. Plusieurs participants expliquent que les anciens détenus finissent eux aussi par se méfier de la société et des institutions. Une assistante sociale donne un exemple de cette réalité : « *Je ne peux pas aller boire un verre parce que s'il y a une bagarre et que je me prends une droite, à tous les coups, la police débarque, même si je n'ai rien fait, je vais quand même passer au moins une nuit au cachot.* » (Annexe 5). Ainsi, certaines personnes ont le sentiment d'être continuellement suspectées en raison de leur passé pénal. Elles anticipent alors des traitements différenciés et adaptent leurs comportements en conséquence, parfois en évitant certains lieux ou certaines interactions. Cette idée rejoint les observations de Dindo (2014) qui soulignent que l'expérience du stigmatisme peut générer un sentiment d'être

constamment surveillé ou considéré comme suspect, particulièrement dans les interactions avec les institutions policières ou administratives. Cette réalité se retrouve dans plusieurs témoignages. Un ancien détenu explique par exemple : « *Les policiers, la commune, tout ça, c'est vrai. Je vois leur regard, déjà, qu'ils savent bien. Surtout la police... Ils font pas les mêmes choses qu'avec un autre. Ça, je le vois bien direct. (...) Moi, directement, c'est les papiers, fouillé. Les autres, non.* » (Annexe 7). Lorsqu'il lui est demandé comment il vit cette situation, il répond simplement : « *Ben, mal. (...) C'est pas juste... Comment ça moi je suis fouillé et lui non ?* » (Annexe 7). À travers cet extrait, nous pouvons voir que le contrôle ne constitue pas seulement une expérience administrative ou sécuritaire. Il est aussi vécu comme un rappel permanent du stigmate pénal et du statut d'ancien détenu. De ce fait, nous comprenons bien que la peine de certains anciens détenus se prolonge bien au-delà de l'incarcération elle-même. Malgré la fin officielle de la sanction, ils continuent à se percevoir comme surveillés, suspectés ou traités différemment. Hovine et Brion (2016) expliquent justement que la stigmatisation peut entraîner une perte durable de reconnaissance sociale et conduire les individus à être perçus comme moins dignes de confiance. L'ancien détenu reprend sur ce qu'il ressent face à cette réalité : « *De la haine... De la haine envers la société, parce que moi, j'ai payé ma dette. (...) Je comprends pas pourquoi on m'en veut encore pour ça. La police, elle m'en veut encore hein... Je le sais, je le vois direct. Je le sens fort.* » (Annexe 7). Nous pouvons donc voir que cette attitude de méfiance constante et stigmatisante entraîne un découragement, un sentiment d'injustice et une colère.

Les professionnels interrogés soulignent également que cette méfiance généralisée complique fortement les démarches de réinsertion. Une intervenante explique par exemple que certains employeurs hésitent à engager des personnes judiciarisées même lorsqu'elles possèdent les compétences nécessaires. Cette réalité rejoint les observations de Désilus (2026) qui montre que les craintes liées à l'image, à la dangerosité ou à la confiance alimentent de nombreuses formes d'exclusion sociale et professionnelle. Les anciens détenus doivent alors constamment démontrer qu'ils ne correspondent pas aux représentations négatives associées à leur passé pénal, ce qui peut entraîner une certaine fatigue mentale.

Nous pouvons ainsi observer l'installation d'un véritable cercle vicieux de la méfiance. D'un côté, les anciens détenus restent souvent perçus à travers des représentations de dangerosité, d'imprévisibilité ou de manque de fiabilité, ce qui alimente des attitudes de suspicion, de contrôle et de mise à distance. Et de l'autre côté, ces expériences répétées de jugement et de

stigmatisation conduisent progressivement certains anciens détenus à se méfier eux-mêmes de la société, à anticiper des réactions négatives ou à éviter certaines interactions et institutions par peur d'être à nouveau rejetés. Cette dynamique observée dans les entretiens rejoint les observations de Mariaux (2020) qui associe l'expérience carcérale à une augmentation de l'anxiété sociale, de la méfiance envers autrui et des comportements d'isolement. Nous comprenons ainsi que la réinsertion implique aussi de reconstruire un rapport de confiance avec les autres dans un contexte où le stigmate pénal continue fréquemment à nourrir la suspicion et la distance sociale.

5. Casier judiciaire et obstacles structurels

Comme nous l'avons vu dans la littérature, la stigmatisation des anciens détenus ne se limite pas aux dimensions relationnelles ou psychologiques. En effet, elle se traduit également par des obstacles très concrets dans l'accès aux ressources essentielles de la réinsertion, comme le logement et l'emploi (Croizet & Martinot, 2003 ; Désilus, 2026 ; Chantraine & Delcourt, 2019). Parallèlement, plusieurs intervenants décrivent la sortie de prison comme une période accompagnée d'une forte précarité matérielle et administrative. L'un d'eux explique ainsi : *« Puis alors, à la sortie, le gros, gros, gros souci, si vous n'avez plus aucun lien familial ou des amis recommandables, c'est la galère, parce que rien que le logement, c'est extrêmement compliqué. C'est déjà compliqué pour tout le monde. Mais en plus, si vous avez l'étiquette sortant de prison, c'est encore plus compliqué »* (Annexe 3). À travers cet extrait, nous comprenons que le stigmate pénal vient souvent renforcer des situations déjà précaires et limiter davantage l'accès aux opportunités sociales ordinaires.

Au niveau du logement, plusieurs professionnels évoquent un accès extrêmement difficile au marché locatif, surtout lorsque les personnes disposent de faibles revenus ou dépendent du CPAS. Une assistante sociale explique par exemple : *« En général, il faut une garantie locative et quand c'est une garantie locative qui est issue du CPAS ou du fonds du logement maintenant, les propriétaires sont très, très réticents, surtout quand c'est toujours le logement privé et aussi pareil, on demande en général des fiches de paye et les fiches de paye, c'est soit des revenus du CPAS ou de la mutuelle ou des choses comme ça. Et ça, souvent, ça ne passe pas. Ils ne prennent pas. Du coup, ils préfèrent prendre des gens qui ont des vraies fiches de salaire. Ça, c'est le côté stigmatisant social qu'il y a de manière générale. »* (Annexe 4). Cette remarque rejoint les observations de Croizet et Martinot

(2003), qui montrent que les groupes stigmatisés sont fréquemment confrontés à des traitements différenciés dans l'accès au logement ou à l'emploi, notamment à travers des formes de suspicion ou des jugements anticipés. Les anciens détenus interrogés décrivent eux aussi ces expériences de manière très concrète. L'un d'eux affirme : « *Moi, on m'a déjà refusé du travail, refusé de m'engager parce que j'avais fait de la prison. Même le logement communal, on m'a déjà refusé aussi à cause de la prison.* » (Annexe 7). Nous pouvons voir ici que le passé carcéral devient un véritable obstacle structurel qui continue à produire des effets bien après la fin de la peine.

Cette difficulté est largement renforcée par la présence du casier judiciaire. En effet, l'inscription de la condamnation dans les registres administratifs agit comme une « marque légale » qui rend le stigmate visible et entretient des représentations de dangerosité ou de manque de fiabilité (Dubois & Ouellet, 2020 ; Diop, 2019 ; Lambelet, 2025). Cette dimension est très présente dans les entretiens. L'accompagnateur rencontré explique notamment : « *Quand vous cherchez un boulot, il y a le casier judiciaire. (...) il y a plein de choses qui rendent aussi les choses difficiles pour les personnes qui se réinsèrent.* » (Annexe 3). Un ancien détenu complète en affirmant : « *S'insérer n'est pas simple. Donc il y a un rappel de la société en disant "Mais non, votre casier judiciaire, ceci, cela", il va falloir faire preuve d'intérêt, de montrer qu'on peut se faire confiance, enfin voilà, donc il y a tout un travail qui est très très dur, et qui peut être très décourageant d'ailleurs.* » (Annexe 6). Nous pouvons donc observer que le casier judiciaire dépasse largement sa fonction administrative et agit comme un rappel permanent du passé pénal qui contribue à maintenir l'individu dans une identité d'ancien détenu, même lorsqu'il tente de reconstruire sa vie. Sans oublier que cette logique affecte également profondément l'estime de soi et le sentiment de légitimité sociale. L'ancien détenu maintenant éducateur explique par exemple : « *(...) il n'a déjà plus confiance en lui, et on lui dit qu'il aura encore moins de chance de s'en sortir, parce qu'il a un casier judiciaire.* » (Annexe 6). Nous retrouvons ici les effets psychologiques de la stigmatisation déjà abordés précédemment. En plus des obstacles matériels, le casier judiciaire vient renforcer le découragement, la peur de l'échec et le sentiment d'être durablement exclu des possibilités offertes aux autres membres de la société.

Lors des entretiens, nous avons également pu relever que cette stigmatisation peut intervenir indépendamment des compétences réelles des personnes concernées. Un ancien détenu

relate ainsi : *« J'étais déçu parce que j'étais compétent, en plus. J'avais les compétences, parce que quand même que j'ai servi depuis 10 ans, j'ai sablé. Maintenant, je fais ça les yeux fermés... Mais non, je ne les intéressais pas parce que j'avais fait de la prison. (...) Ils m'ont pas parlé, ils n'ont pas jugé mes compétences, ils ont juste jugé mon passé. »* (Annexe 7). Cet extrait illustre très clairement ce que soulignent Leurent et Ducasse (2023), à savoir que la stigmatisation enferme les individus dans une identité réduite à leur passé pénal et limite leur possibilité d'être reconnus à travers leurs capacités réelles. La personne n'est plus évaluée pour ce qu'elle sait faire mais pour son parcours.

Face à cette situation, les anciens détenus se retrouvent dans une position particulièrement complexe concernant la gestion de leur passé judiciaire. Plusieurs entretiens montrent que la question du dévoilement devient une préoccupation constante dans les démarches de logement ou d'emploi. L'accompagnateur explique ainsi : *« (...) je leur pose toujours la question, est-ce que tu veux qu'on parle de ta situation aux proprios quand ils vont le demander, ou pas (...) Alors il y en a qui disent "Bah oui vaut mieux, vaut mieux jouer franc jeu direct avec le risque que la porte se ferme". Et il y en a d'autres qui disent "Non je préfère pas". »* (Annexe 3). Nous observons donc que certains préfèrent dissimuler leur passé quitte à *« mentir dans leur CV pour qu'il n'y ait pas un trou de dix ans »* (Annexe 5), tandis que d'autres choisissent au contraire de le révéler directement : *« Je préfère dire directement. (...) Je préfère que ça vienne de moi que que ça vienne de quelqu'un d'autre. »* (Annexe 7). Ces extraits témoignent bien de la gestion du stigmatisme comme véritable travail quotidien. En effet, révéler son passé expose au rejet mais le cacher implique de vivre avec la peur qu'il soit découvert plus tard. Nous retrouvons ici les observations de Beaudoin (2017) qui relèvent que cette nécessité de dissimuler une partie de son identité peut transformer les relations professionnelles et sociales en source permanente d'anxiété. Cette peur du dévoilement apparaît également dans le témoignage d'un ancien détenu ayant travaillé de nombreuses années sans parler de son passé carcéral : *« Quand j'ai écrit mon livre, j'ai certains collègues, enfin plutôt anciens collègues qui m'ont contacté effectivement. Parce qu'ils l'apprenaient, que j'avais fait de la prison, voilà. Donc... Et ils me demandaient pourquoi je n'avais rien dit, à ce moment-là, moi j'avais envie de leur répondre, enfin je leur disais qu'ils ne m'avaient jamais rien demandé. (...) je voyais plutôt de la curiosité mal placée ou des réflexions vraiment... »* (Annexe 6). Cet extrait nous montre que la perception des autres peut changer brutalement dès lors que le passé pénal devient connu. Comme le

souligne Naoli (2016), le stigmatisme carcéral reste ainsi une source durable d'incertitude et de stress, même lorsque celui-ci n'est pas visible immédiatement.

Enfin, nous pouvons également ajouter que les trajectoires des anciens détenus sont souvent marquées par des vulnérabilités sociales, scolaires et économiques déjà présentes avant l'incarcération (Dubois et Ouellet, 2020). Cette réalité se retrouve également dans les entretiens. La psychologue interviewée évoque par exemple le cas d'un jeune homme dont « *toute sa famille connaît le système carcéral* », ayant quitté l'école à 14 ans et n'ayant « *jamais travaillé* » en dehors des trafics. Elle ajoute : « (...) *il n'a aucune qualification de fond du tout, il sait à peine écrire correctement, à peine lire correctement* » (Annexe 4). Nous comprenons alors que le stigmatisme pénal vient fréquemment s'ajouter à des parcours déjà fragilisés par la précarité, le décrochage scolaire ou le manque de ressources, ce qui rend la réinsertion encore plus difficile.

À travers l'ensemble des entretiens, nous comprenons ainsi que les obstacles structurels rencontrés par les anciens détenus ne reposent pas uniquement sur des difficultés matérielles, mais aussi sur les effets durables de la stigmatisation liée au passé carcéral. Le casier judiciaire, le regard porté sur leur parcours ou encore les représentations associées à la prison viennent compliquer l'accès à l'emploi, au logement et à une certaine stabilité sociale. Les entretiens montrent alors que la réinsertion ne dépend pas seulement des efforts individuels des personnes concernées, mais également de la manière dont la société continue à les réduire à leur passé pénal.

6. Stratégies d'adaptation et récidive

Comme nous l'avons vu dans la littérature, les anciens détenus développent différentes stratégies afin de faire face aux effets de la stigmatisation et aux difficultés de réinsertion. Certaines permettent de retrouver une certaine stabilité tandis que d'autres semblent au contraire renforcer l'isolement ou les risques de marginalisation. Ces réactions face au stigmatisme peuvent prendre des formes très variées comme le retrait social, l'évitement, le regroupement avec des pairs partageant le même vécu ou encore l'investissement intense dans certaines activités afin de reconstruire une image positive de soi (Adam-Caron, 2021 ; Dericquebourg, 1989 ; Désilus, 2026).

Parmi les stratégies les plus présentes dans les entretiens, nous retrouvons d'abord le retrait social. Plusieurs participants expliquent que, face au regard des autres ou à la peur du jugement, certains anciens détenus préfèrent progressivement s'isoler. Par exemple, un ancien détenu explique sa réaction face aux remarques ou regards qu'il pouvait recevoir : « *Je parlais. Quand je voyais les gens, je parlais. Je faisais semblant de rien, je parlais. Ou je ne parlais pas, je ne disais rien. (...) C'est pour ça que je suis solitaire.* » (Annexe 7). Cet extrait illustre bien l'évitement qui peut fonctionner comme une forme de protection face au risque d'humiliation ou de rejet. Comme le soulignent Reatini (2025) et Adam-Caron (2021), le retrait social permet parfois de réduire temporairement l'anxiété liée aux interactions sociales mais il s'accompagne souvent d'effets négatifs comme l'isolement, la solitude ou la fragilisation de l'estime de soi. Les entretiens montrent d'ailleurs que cet isolement peut rapidement devenir problématique dans les démarches de réinsertion. L'accompagnateur rencontré explique par exemple qu'un ancien détenu « *traîne* » constamment dans la rue parce qu'il est seul et qu'il finit alors par reprendre contact avec « *des mauvaises fréquentations* ». Il ajoute : « *(...) ce poids de la solitude fait qu'il ne sait pas assumer les démarches qu'il devrait faire* » (Annexe 3). Nous comprenons ici que l'isolement ne constitue pas seulement une conséquence de la stigmatisation mais peut également devenir un facteur aggravant des difficultés sociales et administratives.

Cette logique rejoint les observations de Naoli (2016) et de Beaudoin (2017) qui montrent que certains anciens détenus limitent volontairement leurs relations sociales afin d'éviter que leur passé soit découvert ou parce qu'ils se sentent devenus étrangers aux autres. Cependant, ce retrait peut également favoriser un retour vers des environnements déjà connus et perçus comme plus sécurisants malgré leurs effets négatifs. L'accompagnateur explique ainsi : « *Face à la difficulté trop grande, il y a les solutions faciles qui reviennent. Les anciens amis, les solutions faciles. (...) Et donc il y a la révolte, la crainte, le découragement qui fait qu'à un moment donné on retourne vers les travers qu'on a connus avant. Parce que quelque part, c'est drôle à dire hein, quelque part c'est peut-être plus sécurisant que ce qu'ils ont vécu... que les difficultés d'affronter toutes ces réalités.* » (Annexe 3). Nous comprenons alors que certaines conduites perçues comme des « rechutes » ou des retours vers d'anciennes fréquentations peuvent aussi être interprétées comme des stratégies de récurrence face à un environnement extérieur vécu comme incertain, stressant ou excluant.

Dans les situations les plus difficiles, les entretiens montrent que cette détresse peut conduire à des formes de fuite plus importantes encore. Plusieurs intervenants évoquent des personnes replongeant dans des addictions, provoquant volontairement des délits ou développant des idées suicidaires. L'accompagnateur observe par exemple le cas d'un ancien détenu ayant récidivé peu après sa sortie : « (...) *quand j'ai été le revoir, il m'a dit mais je me sens mieux ici.* » (Annexe 3). Il évoque également un autre homme qui « *ne veut plus sortir* » et préfère rester en prison malgré la possibilité d'être accompagné vers la réinsertion (Annexe 3). Nous pouvons voir à quel point l'extérieur peut parfois être vécu comme plus angoissant encore que l'univers carcéral. Nous retrouvons ici les observations de Mengoua et Nouna (2025) qui constatent que la précarité, l'isolement et l'absence de perspectives peuvent conduire certains individus à une véritable impasse sociale où la récidive apparaît comme l'une des seules issues envisageables. Cette difficulté apparaît également dans le discours d'un ancien détenu qui explique : « *Et c'est un peu ça le danger de la détention et les autres peines, c'est qu'on finit par s'habituer et à trouver ça normal, et donc on devient institutionnalisé, etc, donc c'est compliqué. (...) il se laisse sombrer dans une apathie qu'est la prison, et ça, c'est le plus grand danger, c'est de s'habituer.* » (Annexe 6). Cet extrait est particulièrement intéressant car il montre que certaines personnes développent progressivement une forme d'adaptation au milieu carcéral qui rend la sortie encore plus déstabilisante. La prison finit alors par représenter un cadre connu, structuré et parfois moins angoissant qu'un extérieur marqué par l'incertitude et la stigmatisation.

Une autre solution extrême est de recourir à des conduites auto-destructrices. L'accompagnateur interviewé explique : « *On en a connu un qui a voulu se suicider. Ça peut aller jusqu'au suicide. Ou alors, replonger dans une fuite. L'addiction, l'alcool. Pour faire face à cette pression et à cette difficulté.* » (Annexe 3). Ces propos rejoignent les observations de Portelli et Chanel (2014) indiquant que l'accumulation de rejet, d'isolement et de détresse psychologique peut mener à des formes importantes de souffrance psychique voire à des comportements suicidaires. Nous pouvons également faire un lien avec les travaux de Yarrow (2011) selon lesquels certaines personnes finissent par mettre elles-mêmes en échec les aides proposées ou à se retirer progressivement des dispositifs d'accompagnement, participant ainsi involontairement à leur propre marginalisation.

Parallèlement au retrait ou aux conduites de fuite, les entretiens relèvent aussi que certains anciens détenus cherchent au contraire à se reconstruire à travers des groupes ou des espaces

où ils se sentent davantage compris et acceptés. Une assistante sociale explique par exemple : « *Nous, on a déterminé, il y a déjà une bonne quinzaine d'années, on a établi des quotas de détenus au sein des groupes parce qu'on s'apercevait que quand ils étaient trop nombreux ils créaient comme des espèces de ghetto entre eux. Et donc ils ne sortaient pas de cette identification de détenus parce qu'ils étaient entre eux. (...) On a tendance pour se sécuriser, on a tendance à se regrouper entre nous.* » (Annexe 5). Cette remarque rejoint les travaux de Dericquebourg (1989) qui démontrent que le regroupement entre personnes partageant une même expérience stigmatisante peut constituer une forme de protection psychologique et sociale. Le groupe permet alors de diminuer le sentiment d'exclusion, de partager certaines expériences communes et de se sentir moins jugé. Mote et ses collègues (2025) soulignent également que les expériences répétées de rejet conduisent parfois les individus à se tourner vers des groupes composés d'autres personnes marginalisées où ils trouvent davantage de reconnaissance et de compréhension. Cependant, nous pouvons voir que, si ce regroupement peut être rassurant et sécurisant pour les personnes concernées, il peut aussi rendre plus difficile la prise de distance avec l'identité carcérale et limiter l'ouverture vers d'autres espaces sociaux.

Enfin, les entretiens soulignent aussi l'importance du travail et des projets dans les stratégies d'adaptation développées après la détention. Chez les deux anciens détenus rencontrés, le travail apparaît d'ailleurs comme une stratégie centrale pour éviter de « retomber » et retrouver une certaine stabilité. L'un d'eux explique ainsi : « *J'ai travaillé avec lui. C'est ce qui m'a permis de m'en sortir.* » Il insiste également sur « *la valeur travail* » et sur la nécessité de « *mettre les gens en projet* » (Annexe 6). Selon lui, il ne suffit pas d'apporter uniquement une aide psychologique, il faut aussi permettre aux personnes de se reconstruire à travers des objectifs, des responsabilités et des perspectives concrètes. Cette idée revient très fortement dans plusieurs témoignages. Le second ancien détenu explique par exemple : « *Travailler. Travailler. Ça, c'était très important. Travailler, ça m'a fait avancer.* » (Annexe 7). Il ajoute : « *Mais les temps morts que j'ai eus, ce n'était pas bien pour moi parce que, comme je suis un ancien toxicomane, je retombais... Quand je restais à rien, je reprenais de la drogue et ça, ça ne m'allait pas.* » (Annexe 7). Ces extraits montrent bien que, au-delà de l'aspect financier, le travail permet aussi de structurer le quotidien, d'occuper l'esprit, de retrouver une certaine utilité sociale et de maintenir une distance avec les anciennes conduites problématiques. Cette dynamique rejoint les observations de Désilus (2026) soulignant que l'investissement dans une activité professionnelle peut constituer une stratégie de

revalorisation de soi et favoriser la reconstruction identitaire après la détention. Cependant, nous voyons que cet investissement peut parfois prendre une place très importante dans la vie des anciens détenus, certains décrivant un besoin constant de rester occupés afin d'éviter les « temps morts », les pensées liées au passé ou le risque de rechute. Nous retrouvons ici les observations de Naoli (2016) qui évoque une forme d'hyperactivité où le travail devient aussi un moyen d'éviter certaines souffrances psychologiques ou certaines angoisses liées à l'avenir.

À travers l'ensemble des entretiens, nous comprenons ainsi que les stratégies développées par les anciens détenus pour faire face à la stigmatisation et aux difficultés de réinsertion sont profondément ambivalentes. Certaines comme le travail, les projets ou la recherche de nouveaux repères peuvent favoriser la reconstruction personnelle et sociale. Tandis que d'autres comme le retrait, l'évitement, les conduites addictives ou le retour vers des environnements connus semblent davantage traduire une tentative de protection face à une réalité vécue comme trop difficile à affronter. Les entretiens montrent alors que ces stratégies ne dépendent pas que des choix individuels mais doivent être replacées dans un contexte marqué par la stigmatisation, l'isolement et la fragilisation des parcours de vie.

7. Rôle du soutien social

Face aux effets de la stigmatisation, de l'isolement ou des difficultés matérielles, plusieurs auteurs soutiennent que le soutien social représente un élément central permettant de maintenir des repères, de restaurer une certaine confiance en soi et de limiter les risques de rupture ou de récidive. En effet, l'appartenance à un groupe ou à un entourage valorisant constitue une ressource importante pour préserver l'estime de soi dans les contextes de stigmatisation (Croizet & Martinot, 2003). Cette idée revient de manière particulièrement forte dans les discours des professionnels comme des anciens détenus rencontrés.

Tout d'abord, le soutien familial apparaît comme une ressource essentielle dans les parcours de réinsertion. Plusieurs intervenants expliquent que les situations les plus stables concernent souvent les personnes qui disposent encore d'un entourage présent après la détention. Une assistante sociale affirme par exemple : « *Ceux qui sont épaulés par la famille, en général, ça se passe bien.* » (Annexe 4). Une autre affirme même : « *Moi, je base tout sur la famille ! Quand il y a un environnement familial sérieux, structuré, réel, posé, pour moi, je crois*

qu'on est à 70% de risque de récidive en moins et de capacité de passer outre cette condition de détenu. Quand vous arrivez au sein de votre foyer, que vous êtes de nouveau père et que vous sentez que cette place elle a toujours été la vôtre et qu'elle vous la récupérez, je pense que vous oubliez finalement cette qualité ou cette qualification de détenu. Pour moi, c'est quelque chose qui est vraiment essentiel... C'est l'aspect soutien social et familial. » (Annexe 5). Nous pouvons voir que le soutien familial constitue un rôle symbolique très important dans la reconstruction identitaire, en plus de l'aide pratique. Retrouver une place dans sa famille permet aux anciens détenus d'être reconnus autrement qu'à travers leur statut pénal et de réinvestir des rôles sociaux valorisés. Cette dimension apparaît également dans ce témoignage d'un ancien détenu : *« Enfin, mon frère. Je suis chez lui maintenant. Lui, il m'a soutenu, il m'a beaucoup aidé. C'est bien simple, c'est lui qui fait tous mes papiers, parce que moi je ne sais pas pas utiliser un ordinateur hein. C'est lui qui fait tout... (...) Maintenant, s'il ne serait pas là, je serais à la rue et probablement en prison... »* (Annexe 7). Nous pouvons voir ici à quel point le soutien familial agit comme un facteur de protection très concret face à la précarité, à l'isolement ou au risque de récidive. Cette réalité rejoint les observations de Beaudoin (2017) qui souligne que la famille constitue souvent l'un des seuls points d'ancrage à la sortie de prison. Au-delà de l'aide matérielle, elle permet aussi de réduire le sentiment d'exclusion et de maintenir une certaine stabilité émotionnelle. Mengoua et Nounga (2025) rappellent également que les proches jouent un rôle central dans la gestion des difficultés quotidiennes et dans la limitation des risques de rechute.

Cependant, ce soutien familial n'est pas toujours présent. Dans ces cas-là, les associations, les structures d'accompagnement et certains espaces communautaires apparaissent comme des relais non-négligeables. Une assistante sociale explique par exemple : *« (...) les associations, outre les associations d'aide comme ici, il y a des lieux de lien qui, je pense, sont hyper intéressants pour les gens qui, justement, sont en perte. »* (Annexe 4). La psychologue souligne également l'importance des centres de jour ou des communautés locales : *« Quand ils sentent qu'ils flambent un peu, ils vont au centre de jour, ils vont parler avec quelqu'un là-bas et ça empêche peut-être de retomber... »* (Annexe 4). Nous retrouvons ici ce que montrent Beaudoin (2017) et Désilus (2026), à savoir que les espaces collectifs ou associatifs peuvent devenir de véritables lieux de réaffiliation sociale. En effet, ils permettent aux anciens détenus d'interagir dans un cadre moins jugeant, de retrouver des liens sociaux sécurisants et de diminuer progressivement leur méfiance envers les autres.

Les professionnels rencontrés insistent également beaucoup sur l'importance du lien humain dans l'accompagnement. Comme le dit l'un d'entre eux : « (...) *créer un lien pendant la détention avec la personne, un lien de confiance (...) et le poursuivre au-delà des difficultés (...) c'est hyper important pour ces personnes d'avoir ce côté humain à côté d'eux.* » (Annexe 3). Cette idée revient aussi dans le récit d'un ancien détenu qui explique que son avocate l'a invité chez elle quelques jours après sa sortie de prison : « *Et depuis ce jour-là, je suis resté en contact avec eux. (...) ces gens ont cru en moi. (...) Et puis voilà, tout ça a commencé là parce qu'il y avait un soutien, il y avait une vraie rencontre, et surtout des gens qui ont cru en moi, notamment elle.* » (Annexe 6). Cet extrait met en évidence le fait que certaines rencontres soutenant peuvent jouer un rôle déterminant dans les trajectoires de réinsertion. Le fait de se sentir considéré comme une personne capable d'évoluer semble avoir un impact profond sur la manière dont les anciens détenus se perçoivent eux-mêmes. Cette idée apparaît d'ailleurs dans le témoignage du même ancien détenu : « *Et moi, c'est parce qu'on m'a regardé autrement, on m'a pas regardé comme un problème, on m'a regardé comme quelqu'un qui serait capable de surmonter tout ça. Et ça, ça change tout effectivement, ça veut dire qu'il y a cette idée qu'il est capable et dans d'autres constructions on va se dire "Non ce type n'est pas capable", et donc il n'y a pas de raison qu'il change puisqu'on dit qu'il n'est pas capable, donc ça se passe là en fait. Et donc c'est la société ou les agents de la société qui doivent se réinventer, regarder les choses différemment et qui fait que voilà qu'on peut apporter des changements (...) le regard qu'on porte à la situation, ça peut tout changer.* » (Annexe 6). Nous pouvons faire un lien avec les travaux de Désilus (2026) et de Lambelet (2025) qui montrent que les expériences de valorisation sociale permettent progressivement de reconstruire une image de soi plus positive et de sortir d'une identité uniquement réduite au statut d'ancien détenu. Le regard porté par les autres apparaît alors comme un élément central dans les possibilités de reconstruction identitaire.

Les entretiens illustrent également le soutien social qui peut passer par des activités concrètes permettant aux anciens détenus de retrouver une place active dans la société. Une assistante sociale explique : « *Le fait qu'ils soient en formation qu'ils soient vus, connus comme étant un stagiaire comme tous les autres, fait qu'à un moment donné les angoisses qu'ils avaient en début de formation, elles s'atténuent au fur et à mesure. (...) parce qu'il se rend compte "Oh tiens, on ne me regarde pas d'un mauvais oeil, finalement j'ai un bon contact avec le formateur", et donc il reprend aussi cette confiance en qui il est* » (Annexe 5). Nous pouvons donc voir ici que les espaces de formation, de bénévolat ou d'insertion

permettent aussi de restaurer progressivement l'estime de soi et de reconstruire des relations sociales plus sécurisantes. Comme le relève Lambelet (2025), l'engagement dans des activités socialement valorisées permet aux anciens détenus d'être reconnus autrement qu'à travers leur passé pénal.

Cependant, nous pouvons noter un élément ressortant de manière particulièrement forte dans les entretiens, à savoir que ce travail de réinsertion devrait commencer bien avant la sortie de prison. En effet, plusieurs intervenants critiquent le manque de préparation actuelle au retour dans la société. L'accompagnateur interviewé observe : « (...) *c'est extrêmement, voire pratiquement impossible de préparer son projet de retour dans la société au départ de la prison. Pour toutes sortes de raisons. Première, c'est que les services et franchement, il y a des personnes qui font super bien leur boulot, mais les services ad hoc en détention, comme par exemple l'aide justiciable ou les choses comme ça, sont complètement dépassées par les demandes et n'arrivent plus ou n'arrivent pas à faire le lien entre le monde intérieur et le monde extérieur.* » (Annexe 3). Ce dernier ajoute ensuite : « *C'est ce que je reproche aux pénitentiaires et aux grandes structures, c'est qu'il n'y a pas du tout cette préparation à la fois psychologique et à la fois matérielle de permettre à la personne de pouvoir, tout doucement, appréhender le monde extérieur, tout en ayant... tout en faisant ta peine parce que ça on ne peut pas y échapper.* » (Annexe 3). Ces remarques rejoignent les travaux de Mengoua et Nounga (2025) ainsi que de Maillard (2016) qui indiquent que les dispositifs actuels restent souvent insuffisants pour préparer réellement les personnes détenues à la sortie.

Les professionnels rencontrés insistent alors sur la nécessité de développer un accompagnement plus précoce, plus individualisé et davantage centré sur la continuité entre la prison et la société extérieure. L'un d'eux explique par exemple : « (...) *c'est là qu'il faut travailler la réinsertion, c'est en prison qu'il faut déjà travailler tout ce qui est stigmatisation (...)* C'est déjà là qu'il faut. Parce que là le temps est libre et ils sont dans un mood où ils peuvent vous entendre, vous écouter, ... » (Annexe 5). Un ancien détenu confirme : « *Et si ces freins ne sont pas pris en charge à partir de leur détention, ça devient un problème quand ils sortent, évidemment, donc l'idée, c'est de déjà travailler ça en amont. Et pour pouvoir avoir vraiment le gars qui soit focus sur son projet. Donc oui, si la réinsertion n'est pas préparée à l'intérieur, effectivement, ça peut avoir des impacts négatifs.* » (Annexe 6). Nous comprenons alors que les difficultés liées à la stigmatisation, à la perte de repères ou

à la confrontation au monde extérieur observées tout au long de ce travail sont largement prévisibles au moment de la sortie. Dès lors, il est nécessaire de mettre en place un accompagnement préparé en amont et poursuivi dans la durée afin de permettre aux anciens détenus de reconstruire progressivement des repères sociaux, identitaires et relationnels plus stables.

Enfin, plusieurs intervenants évoquent également des pistes d'amélioration concrètes comme favoriser les contacts familiaux, développer des formations, renforcer le soutien psychologique, proposer davantage de structures de transition ou encore créer des environnements plus humains et moins exclusivement centrés sur la logique sécuritaire. L'accompagnateur suggère qu'il faudrait « *garder une relation, montrer la bienveillance par rapport à ces personnes-là* » et permettre à l'individu de « *retrouver des repères sociaux qui correspondent à la société et à lui-même* » (Annexe 3). Cette idée semble particulièrement importante au regard de notre question de recherche. À travers l'ensemble des entretiens, nous comprenons que les effets de la stigmatisation ne se limitent pas aux discriminations visibles rencontrées après la prison. Ils s'inscrivent dans des parcours souvent déjà fragilisés et sont renforcés par un manque de préparation, de soutien et de continuité entre la détention et la vie extérieure. Dès lors, améliorer la réinsertion implique aussi de repenser plus largement la manière dont la prison prépare (ou ne prépare pas) les individus à retrouver une place dans la société.

V. CONCLUSION

Au terme de ce travail, nous pouvons constater que la stigmatisation sociale ne s'arrête pas à la sortie de prison. Juridiquement, la peine prend fin mais symboliquement, elle continue souvent dans le regard des autres, dans les interactions quotidiennes, dans les institutions, dans les difficultés d'accès à l'emploi ou au logement mais aussi dans le regard que les anciens détenus portent sur eux-mêmes. À travers l'analyse des entretiens et de la littérature, nous avons pu comprendre que cette stigmatisation dépasse largement le simple rejet social ponctuel. Elle agit sur l'identité, sur l'estime de soi, sur le sentiment de légitimité, sur les relations sociales et sur la manière dont les individus envisagent leur avenir. La question de recherche de ce mémoire nous a ainsi amené à comprendre que la réinsertion ne dépend pas uniquement de la volonté individuelle ou de l'accès à certaines ressources matérielles mais également du regard social auquel les anciens détenus restent confrontés après leur libération.

De plus, au cours de mes recherches, j'ai été interpellée par le peu de littérature consacrée au vécu psychologique et émotionnel des anciens détenus. Une grande partie des travaux se concentre principalement sur les questions de récidive, de logement, d'emploi, de précarité ou encore sur les dimensions institutionnelles et sécuritaires de la prison. Bien entendu, ces aspects sont essentiels et représentent des difficultés bien réelles dans les parcours post-carcéraux. Cependant, ce mémoire m'a amenée à réaliser que les dimensions plus intimes et subjectives restent souvent peu explorées. Pourtant, obtenir un logement ou un emploi ne suffit pas nécessairement à reconstruire une identité fragilisée, une estime de soi abîmée ou un sentiment d'appartenance à la société. Derrière les difficultés administratives et matérielles se trouvent aussi des individus confrontés au rejet, à l'hypervigilance, à la peur du jugement, à la solitude ou encore au sentiment de ne plus avoir de place légitime dans la société. J'ai donc progressivement pu constater que le vécu psychologique des anciens détenus reste encore relativement invisible dans les recherches, alors même qu'il semble déterminant dans les parcours de réinsertion.

Cette invisibilisation apparaît également dans la faible place accordée à la parole même des anciens détenus dans les recherches scientifiques. Au fil de ce mémoire, j'ai pu observer que beaucoup d'études parlent des anciens détenus sans réellement leur laisser l'espace de raconter leur propre vécu, leurs ressentis ou leur compréhension des difficultés qu'ils

traversent. Pourtant, ce sont eux les premiers concernés par ces réalités. Ce constat m'a amenée à réfléchir à l'importance de l'expertise expérientielle dans la compréhension de la prison et de la réinsertion. L'un des anciens détenus rencontrés, devenu lui-même éducateur, l'exprime d'ailleurs très justement lorsqu'il explique : « *Ce qui fait que les résultats sont aussi parfois différents parce qu'effectivement, je viens de l'intérieur aussi, j'ai l'expertise expérientielle parce que je l'ai vécu, j'ai l'expérience professionnelle et l'expérience académique. Donc tout ça ensemble fait que je vois les choses de manière différente. Alors, sans doute pas mieux que les autres, mais en tout cas avec un regard circulaire et surtout tridimensionnel dans mon cas.* » (Annexe 6). Ce témoignage est très riche car il rappelle que les anciens détenus ne sont pas uniquement des objets d'étude ou des statistiques de récidive. Ils possèdent également une compréhension particulière des mécanismes sociaux, institutionnels et psychologiques liés à l'incarcération et à la sortie de prison de par leur expérience personnelle. Leur vécu constitue donc une ressource précieuse pour penser autrement la réinsertion et les politiques d'accompagnement.

Plus largement, ce mémoire m'a amenée à réfléchir à la manière dont notre société parle de la prison et des détenus : beaucoup de personnes possèdent des opinions extrêmement tranchées sur ces questions, alors que la plupart n'a jamais rencontré de détenu, visité une prison ou travaillé dans ce milieu. La figure du « détenu » devient alors presque une figure symbolique sur laquelle la société projette ses peurs, sa colère ou encore son besoin de distinguer les « bons citoyens » des « mauvais ». À travers les entretiens, j'ai progressivement compris que cette stigmatisation repose aussi en partie sur une forme de méconnaissance. Comme l'explique une assistante sociale interviewée : « *Donc oui, il y a une stigmatisation. Ça, c'est une évidence. Et principalement, je pense, par rapport au fait de la méconnaissance. On ne connaît pas et donc on émet des jugements. C'est inévitable.* » (Annexe 5). Cette remarque me semble particulièrement importante car elle montre que la distance entre la société et le monde carcéral favorise souvent des représentations simplifiées, déshumanisées ou caricaturales. De ce fait, plusieurs professionnels rencontrés insistaient sur l'importance de sensibiliser davantage le public à ces réalités afin de montrer qu'il existe « *des humains derrière* ». L'un d'eux explique ainsi : « *C'est pour ça qu'on fait des choses comme on a fait les journées nationales des prisons. Pour essayer, au niveau de l'opinion publique, de montrer que les prisons... bah ce n'est pas nécessairement l'image qu'on véhicule dans les médias. Il y a autre chose. Il y a des humains derrière.* » (Annexe 3). Cette réflexion rappelle que la prison reste un sujet extrêmement politisé, souvent abordé

sous l'angle de la peur, de la punition ou du contrôle, mais beaucoup plus rarement sous celui de l'humain.

Ce travail m'a également amenée à m'interroger sur le silence émotionnel observé autour de ces questions. Au cours des entretiens, j'ai pu remarquer que les anciens détenus parlaient relativement peu de leurs émotions de manière directe. Les professionnels rencontrés évoquaient également cette difficulté. Pourtant, ce silence ne m'est pas apparu comme une absence d'émotions ou de réflexion. Au contraire, j'ai progressivement compris qu'il pouvait lui-même découler de la stigmatisation. Lorsqu'une personne est constamment réduite à son acte, perçue comme dangereuse, manipulatrice ou illégitime, elle peut finir par ne plus se sentir en droit d'exprimer sa souffrance ou sa vulnérabilité. J'ai également eu le sentiment que notre société laisse relativement peu d'espace à cette parole. On parle beaucoup des détenus, mais finalement assez peu avec eux. Dès lors, les anciens détenus apprennent parfois à taire certaines émotions, à se protéger, à éviter certains sujets ou à garder une forme de distance émotionnelle. Ce constat me semble important car il contribue probablement au manque de sensibilisation autour de la dimension psychologique de la réinsertion. Tant que ces vécus restent peu entendus, ils demeurent difficilement visibles dans l'espace public.

Enfin, tous les intervenants rencontrés au cours de cette recherche ont insisté sur l'importance de préparer la réinsertion bien avant la sortie de prison. Cette idée m'a particulièrement marquée tout au long de ce mémoire. Nous demandons souvent aux anciens détenus de se réadapter rapidement à une société dont ils ont parfois été coupés pendant plusieurs années, alors même que l'enfermement modifie profondément le rapport au temps, aux autres, aux habitudes quotidiennes et parfois même à leur propre identité. La sortie de prison ne représente donc pas simplement un retour à la « vie normale ». Elle implique souvent un véritable travail de réadaptation psychologique et sociale. Dans cette perspective, préparer la sortie uniquement dans les dernières semaines de détention apparaît insuffisant. Les entretiens m'ont amenée à comprendre l'importance de maintenir les liens sociaux, de préserver certaines formes d'autonomie, d'accompagner psychologiquement les individus et de travailler progressivement le retour vers l'extérieur dès le début de l'incarcération. Cette réflexion ouvre selon moi une piste essentielle pour repenser la prison autrement, non seulement comme un espace de sanction, mais aussi comme un espace où peut déjà se construire la réinsertion future.

En tant que future professionnelle, ce mémoire m'a profondément amenée à réfléchir à la manière dont nous regardons certaines populations marginalisées et à la responsabilité collective que nous portons dans leurs trajectoires de réinsertion. Il m'a rappelé l'importance de remettre de l'humain dans des sujets souvent réduits à des débats politiques, sécuritaires ou médiatiques. Bien entendu, les actes commis doivent être reconnus et la société doit pouvoir se protéger. Cependant, ce travail m'a aussi permis de souligner qu'un individu ne peut pas être réduit uniquement à son passé pénal ou à son statut d'ancien détenu. Derrière cette étiquette se trouvent aussi des parcours de vie, des fragilités, des difficultés, mais également des capacités d'évolution et de reconstruction.

Ce mémoire m'a également amenée à questionner certains discours très tranchés que l'on entend fréquemment autour de la prison et de la délinquance. Au fil des entretiens, j'ai compris à quel point le regard porté sur une personne peut influencer son rapport à elle-même et aux autres. Plusieurs intervenants ont d'ailleurs montré qu'être écouté, considéré avec respect ou simplement regardé autrement qu'à travers son passé peut déjà avoir un impact important dans un parcours de réinsertion. Cela m'a confirmé l'importance de garder, en tant que professionnelle, une posture ouverte, réflexive et nuancée sans se laisser guider uniquement par des représentations toutes faites ou des discours simplistes.

Enfin, ce travail m'a surtout permis d'insister sur le fait que la réinsertion ne peut pas être pensée uniquement comme une responsabilité individuelle où l'ancien détenu devrait faire ses preuves seul face aux obstacles. Elle implique également une responsabilité sociale et collective, à travers le regard porté sur ces personnes, les opportunités qui leur sont laissées ainsi que la capacité de la société à reconnaître leur humanité au-delà de leur passé carcéral. Réfléchir à la réinsertion, c'est donc aussi réfléchir à la place que notre société laisse à l'évolution, à la reconstruction et à la possibilité, pour un individu, de ne pas être défini toute sa vie par ses erreurs passées.

VI. BIBLIOGRAPHIE

Utilisation IA :

- Les intelligences artificielles ChatGPT et Piccolo ont été utilisées en tant qu'assistants linguistiques pour corriger l'orthographe, la syntaxe ou le style.

Sources :

- Adam-Caron, E. (2021, 1 juillet). *Réinsertion sociale des hommes ayant commis un délit sexuel : la stigmatisation comme un enjeu à considérer*. <http://hdl.handle.net/1866/25716>
- Anderson, E., & Bouyssou, R. (2015). Race, racisme, discriminations. Dans *Hermann eBooks* (pp. 235–276). <https://doi.org/10.3917/herm.besso.2015.01.0235>
- Baudinet, L. (2024). Les trajectoires des personnes détenues : entre contrainte et restructuration. *Pensée Plurielle*, 59(1), 147–160. <https://doi.org/10.3917/pp.059.0147>
- Beaudoin, É. (2017). *Quelles sont les difficultés vécues par les détenus âgés et institutionnalisés lors de leur libération et comment s'y adaptent-ils ?* (Mémoire). Université de Montréal. <https://doi.org/10.71781/23639>
- Besozzi, C., & Soullière, N. (1993). *Les détenus et leur prison : La perception de la prison chez les détenus d'un pénitencier à moyenne sécurité*.
- Bichsel, N., & Conus, P. (2017). La stigmatisation : un problème fréquent aux conséquences multiples. *Revue médicale suisse*, 13(551), 478–481.
- Bourguignon, D., & Herman, G. (2005). La stigmatisation des personnes sans emploi : conséquences psychologiques et stratégies de défense de soi. *Recherches sociologiques*, 36(1), 53–78.
- Caisne, L. L. (2007). De si dangereux condamnés. *Journal des anthropologues*, 108–109, 183–210. <https://doi.org/10.4000/jda.1101>
- Chantraine, G. (2003). Prison, désaffiliation, stigmates. *Déviance et Société*, 27(4), 363–384. <https://doi.org/10.3917/ds.274.0363>

- Chantraine, G., & Delcourt, L. (2019). Expériences de carceralité. *Tempo Social*, 31(3), 37–58. <https://doi.org/10.11606/0103-2070.ts.2019.161341>
- Clesse, C., Dumand, I., Nassau, E., Prudent, C., Decker, M., Savini, C., Lighezzolo-Alnot, J., & Batt, M. (2016). Représentations sociales du vieillissement des sujets porteurs de troubles psychiques : impacts et conséquences d'une double stigmatisation. *NPG. Neurologie, Psychiatrie, Gériatrie*, 16(95), 291–299. <https://doi.org/10.1016/j.npg.2016.02.001>
- CO.DES 06. (2024, 14 octobre). *Définition de la stigmatisation et de la discrimination*. <https://www.codes06.org/stigmatisation-1/definition-de-la-stigmatisation-et-de-la-discrimination>
- Cohen-Scali, V., & Moliner, P. (2008). Représentations sociales et identité : des relations complexes et multiples. *L'Orientation scolaire et professionnelle*, 37(4), 465–482. <https://doi.org/10.4000/osp.1770>
- Combessie, P. (2004). *Intégration sociale des anciens détenus : Analyse des logiques de la justice pénale et de leurs effets*. J.-M. Tremblay.
- Costelloe, M. T., Chiricos, T., & Gertz, M. (2009). Punitive attitudes toward criminals. *Punishment & Society*, 11(1), 25–49. <https://doi.org/10.1177/1462474508098131>
- Croizet, J. C., & Martinot, D. (2003). Stigmatisation et estime de soi. Dans *Mauvaises réputations : Réalités et enjeux de la stigmatisation sociale* (pp. 25–59).
- De Ara Carla, G., & Bonsack, C. (2015). *Stigmatisation et logement*. <https://iris.unil.ch/handle/iris/34223>
- Dericquebourg, R. (1989). Stigmates, préjugés, discrimination dans une perspective psychosociale. *Études inter-ethniques*, 9, 65–74.
- Désilus, D. (2026). *Analyse de l'emploi comme outil de réintégration sociocommunautaire des personnes judiciairisées*.
- Dindo, S. (2014, 22 décembre). *Sortir de prison : Le parcours d'obstacles*. Observatoire international des prisons. <https://oip.org/analyse/sortir-de-prison-le-parcours-dobstacles/>

- Diop, F. (2019). Genre et expériences carcérales et/ou post-carcérales : Processus de stigmatisation des femmes dans les prisons sénégalaises (Thèse de doctorat). Université de Lyon.
- Dubet, F., Cousin, O., Macé, É., & Rui, S. (2013). Discrimination et stigmatisation. Dans *Essais* (pp. 49–71).
- Dubois, M., & Ouellet, F. (2020). Les défis de la réinsertion sociale. *Criminologie*, 53(2), 309–333. <https://doi.org/10.7202/1074197ar>
- Dubreucq, J. (2020). *Auto-stigmatisation dans les troubles psychiques sévères et persistants* (Thèse de doctorat). Université de Lyon.
- Faure, A., & Ndobbo, A. (2014). L'expérience de la stigmatisation sociale et professionnelle des seniors. *Initio*, 4(1), 165–181.
- Fischer, G. (2020). L'identité sociale. Dans *Dunod eBooks* (pp. 237–266). <https://doi.org/10.3917/dunod.fisch.2020.01.0237>
- Goffman, E. (1986). *Stigma: Notes on the management of spoiled identity*. Touchstone.
- Hirschfield, P. J., & Piquero, A. R. (2010). Normalization and legitimation. *Criminology*, 48(1), 27–55. <https://doi.org/10.1111/j.1745-9125.2010.00179.x>
- Hovine, M., & Brion, F. (2016). *Approche sociologique des interférences entre stigmatisme carcéral et identité sociale*.
- Jouhanneau, A. (2021). Les « souvenirs emprisonnés ». *SociologieS*. <https://doi.org/10.4000/sociologies.17038>
- Lambelet, D. (2025). Dos aux murs : le stigmatisme pénal, les dettes, le don. *Sociographe*, 90, 139–154. <https://doi.org/10.3917/graph1.090.0139>
- Larouche, A. (2008). *Les effets de l'expérience carcérale sur la construction identitaire des jeunes de la rue à Montréal* (Thèse de doctorat). Université du Québec à Montréal.
- Leurent, M., & Ducasse, D. (2023). Discrimination, stigmatisation et identité : une revue de littérature. *L'Encéphale*, 49(6), 632–639. <https://doi.org/10.1016/j.encep.2023.04.011>

- Levy, R., & Zauberman, R. (1978). Les attitudes à l'égard de la justice criminelle. *Canadian Journal of Criminology*, 20(1), 54–72. <https://doi.org/10.3138/cjcrim.20.1.54>
- Linard, F. (2025). Stigmatisation, discriminations et auto-stigmatisation. *Médecine et maladies infectieuses formation*, 4(1), S2. <https://doi.org/10.1016/j.mmifmc.2025.01.005>
- Liwerant, O. S. (2001). La sortie de prison des jeunes majeurs. *Archives de politique criminelle*, 23, 93–105. <https://doi.org/10.3917/apc.023.0093>
- Lochak, D. (2004). La notion de discrimination. *Confluences Méditerranée*, 48, 13–23. <https://doi.org/10.3917/come.048.0013>
- Maillard, M. (2016). *L'aide légale aux détenus : Avant, pendant, après leur condamnation*.
- Mengoua, P., & Nounga, S. F. N. (2025). *Identité sociale et resocialisation des ex-détenus toxicomanes de la prison centrale de Yaoundé*.
- Mote, A., Mbame, J., & Mgbwa, V. (2025). Vécu de la réalité post-carcérale et réinsertion socio-professionnelle. *European Scientific Journal*, 21(17), 114. <https://doi.org/10.19044/esj.2025.v21n17p114>
- Ndengeyingoma, A. (2017). L'adolescence à l'épreuve de la stigmatisation. Dans *In Press eBooks* (pp. 195–216). <https://doi.org/10.3917/pres.yahya.2017.01.0196>
- Noali, L. (2016). La peine après la peine. *Champ Pénal*, XIII. <https://doi.org/10.4000/champpenal.9314>
- Perseil, S., Imaine, S., Leibovici, B., Chaufton, A., Ba, I., Féger, M., & Samuel, M. (2025). Droits humains et drogues. *Politiques des drogues*, (Hors-série n°1).
- Portelli, S., & Chanel, M. (2014). *La vie après la peine*. Grasset.
- Prémumé, R. (2019). *L'expérience de la stigmatisation pénale après la sortie de la prison* (Thèse de doctorat). Université d'Ottawa.
- Reatini, E. (2025, 7 mars). *La stigmatisation, ses formes et ses répercussions psychologiques*. Unobravo. <https://www.unobravo.com/fr/blog/stigmatisation-sante-mentale>

- Wagner-Egger, P. (2021). *Les effets psychosociaux du racisme : l'étude de la stigmatisation*. Commission fédérale contre le racisme.
- Yahyaoui, A. (2017). *L'adolescence à l'épreuve de la stigmatisation : Aux sources de la radicalisation*. Éditions In Press.
- Yarrow, M. (2011). Les conséquences de la stigmatisation. *Dans La stigmatisation en psychiatrie et en santé mentale*.

VII. ANNEXES

Annexe 1 : Guide d'entretien semi-directif – Professionnel

1. Introduction (mise en contexte et rappel éthique)

- Présentation brève de mon mémoire et du but de l'entretien.
- Mentionner l'anonymat, la confidentialité et la possibilité d'interrompre à tout moment.

2. Le contexte du travail de l'ASBL et du professionnel

- Pouvez-vous me parler de votre rôle au sein de l'ASBL et du public que vous accompagnez ?
- Quel type d'accompagnement proposez-vous (social, psychologique, administratif, etc.) ?
- Selon votre expérience, quelles sont les principales difficultés rencontrées par les personnes à leur sortie de prison ?

3. Le vécu des anciens détenus face à la sortie et à la réinsertion

- Comment les personnes que vous accompagnez vivent-elles généralement leur sortie de prison ?
- Quelles sont leurs attentes ou représentations avant la sortie ?
- Ressentent-elles parfois un décalage entre ces attentes et la réalité de la réinsertion ?
- Quels sont, selon vous, les moments ou les domaines les plus difficiles (emploi, logement, liens familiaux, santé mentale...) ?

4. Le regard social et la stigmatisation

- Comment les anciens détenus perçoivent-ils le regard de la société à leur égard ?

- Ressentent-ils une forme de méfiance, de rejet, ou d'étiquetage du fait de leur passé ?
- Avez-vous déjà observé des situations concrètes où la stigmatisation a freiné leur réinsertion (emploi, logement, relations, etc.) ?
- Comment réagissent-ils à cette stigmatisation ? L'intériorisent-ils parfois ?

5. Les effets psychologiques et identitaires observés

- Quelles conséquences la stigmatisation semble-t-elle avoir sur leur estime d'eux-mêmes, leur confiance, ou leur sentiment d'appartenance sociale ?
- Avez-vous remarqué des manifestations de repli, de honte, de culpabilité ?
- Certains parviennent-ils à transformer cette expérience de manière plus positive ?
- Le vécu de la stigmatisation varie-t-il selon le type de peine, la durée, ou la gravité du délit ?

6. Les stratégies de résistance et les facteurs de résilience

- Quels sont, selon vous, les leviers qui permettent aux anciens détenus de se reconstruire malgré la stigmatisation ?
- Quel rôle joue le soutien social (famille, amis, accompagnement professionnel, pairs...) ?
- Quels types d'accompagnement vous semblent les plus efficaces pour favoriser la réinsertion ?
- Avez-vous en tête des parcours de réinsertion particulièrement positifs ou inspirants ?

7. Réflexion finale

- Selon vous, que faudrait-il changer au niveau sociétal ou institutionnel pour réduire la stigmatisation des anciens détenus ?

- Y a-t-il un message ou un point que vous jugez important de faire passer dans le cadre d'un mémoire comme le mien ?

1. Introduction

- « Merci d'avoir accepté de me rencontrer. L'idée aujourd'hui, c'est simplement d'échanger autour de votre expérience, à votre rythme. Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse, et vous pouvez ne pas répondre à une question si vous ne le souhaitez pas. Tout ce que vous me direz restera strictement confidentiel et anonyme. »

2. Parcours et expérience de détention

- Pouvez-vous me parler un peu de votre parcours avant et pendant votre passage en prison, dans les grandes lignes ?
- Comment décririez-vous votre expérience en détention, de manière générale ?
- Y a-t-il des choses qui vous ont particulièrement marqué ou qui vous ont aidé à traverser cette période ?

3. Le moment de la sortie : attentes et réalités

- Comment imaginiez-vous votre vie après la prison, à l'approche de la sortie ?
- Quels sentiments vous habitaient à ce moment-là (espoir, inquiétude, impatience, etc.) ?
- Et après votre sortie, comment se sont passées les premières semaines ou les premiers mois ?
- Qu'est-ce qui a été le plus simple, et qu'est-ce qui a été plus compliqué que prévu ?
- Avez-vous eu des soutiens ou des personnes sur qui vous pouviez compter ?

4. Le regard des autres et la perception sociale

- Depuis votre sortie, comment avez-vous perçu le regard des autres autour de vous ?

- Avez-vous parfois eu l'impression que certaines personnes réagissaient différemment en connaissant votre passé ?
- Dans quels contextes cela se ressent le plus selon vous (travail, logement, entourage, institutions, etc.) ? Comment faites-vous face à ces réactions ?

5. Les effets sur le bien-être et l'identité

- Est-ce que ces expériences ont eu un effet sur la façon dont vous vous voyez aujourd'hui ?
- Avez-vous l'impression que votre passage par la prison a changé quelque chose dans votre manière d'être ou de penser ?
- Comment décririez-vous votre équilibre aujourd'hui, sur le plan personnel ou psychologique ?

6. Les ressources et stratégies de reconstruction

- Qu'est-ce qui vous a le plus aidé à avancer depuis votre sortie ?
- Est-ce qu'il y a eu des personnes, des activités ou des moments qui ont joué un rôle important dans votre reconstruction ?
- Y a-t-il des soutiens ou accompagnements que vous avez trouvés particulièrement utiles ?

7. Regard global et conclusion

- Avec le recul, comment percevez-vous la manière dont la société voit les anciens détenus ?
- Si vous aviez l'occasion de faire passer un message ou de sensibiliser le public, qu'aimeriez-vous dire ?
- Y a-t-il un aspect de votre parcours dont nous n'avons pas parlé et que vous aimeriez partager ?

Annexe 3 : Retranscription entretien 1

I : Intervieweur

A : Accompagnateur

I : Je vais juste remettre un tout petit peu de contexte pour le bien de l'entretien. Moi, je souhaitais vous rencontrer dans le cadre de mon mémoire qui donc traite des effets de la stigmatisation de la société sur le bien-être psychologique des anciens détenus. Et donc dans ce cadre là, je souhaitais rencontrer des professionnels qui ont une expérience justement avec ce public-là et également des anciens détenus, mais ça sera dans un second temps.

Donc c'est dans ce but-là que je souhaitais vous rencontrer. Donc dans un premier temps, est-ce que vous pouvez déjà vous présenter vous, peut-être votre ASBL et dire quel rôle vous jouez là-dedans.

A : Okay. D'abord, je ne suis pas professionnel en tant que tel. Donc moi, je suis un ancien boulanger, donc ça n'a rien à voir avec... Mais au fil des années, comme je l'ai expliqué tout à l'heure, j'étais intéressé par la thématique carcérale. Et donc, j'ai commencé comme ça il y a plus de 20 ans maintenant, à m'intéresser à tout ce qui touche à l'enfermement.

Pourquoi ? J'en sais rien. Enfin, on m'a déjà souvent posé la question, mais j'en sais trop rien. Enfin, j'ai certaines réponses mais...

Donc petit à petit, je me suis intéressé à la thématique, mais je voulais du concret. Donc j'ai lu des trucs, comme tout le monde, sur le monde carcéral. Mais ce qui m'intéressait, c'était de vraiment vérifier dans la réalité ce qu'il y en est exactement.

Et du coup, j'ai cherché à y entrer d'une manière légale, correcte. C'est-à-dire que j'ai rencontré d'abord une personne qui avait créé une association ici à Liège qui s'appelle l'ASBL Plateforme Sortants de Prison. Et en fait, c'est un ami. Et en fait, on était tous les deux visiteurs pour une ONG dans les centres fermés pour étrangers qui est ici à Liège, d'ailleurs à Vottem. Et qui est une prison. C'est vraiment une prison.

Donc c'est vraiment un lieu fermé. Et donc j'ai commencé mon expérience comme ça. Et mon ami me disait « Mais ça ne t'intéresserait pas de rejoindre notre association ? » Et c'est comme ça que je dis « Oui, pourquoi pas ? » Parce que ça correspondait aussi à ce que je souhaitais. Et comme ça, j'ai rejoint cette association qui venait de se créer en 2006. Et j'ai commencé alors à faire des visites de détenus, mais en parler avocat. Et de fil en aiguille, j'ai essayé de comprendre « Tiens, bah qu'est-ce qui se passe ? Quelle est la réalité du monde

carcéral ? Comment est-ce qu'on peut venir en aide à ces personnes ? Quelles sont les difficultés qu'elles vont rencontrer ? D'abord en détention, puis au moment de la libération. » Et progressivement, j'ai construit un peu mon opinion et ma formation, on va dire. On va dire toujours une formation sur le terrain. Et donc finalement, au fil du temps, il y a des contacts qui ont eu lieu. On a noué des relations avec des agents, avec des personnes qui travaillent dans le milieu carcéral. Et jusque maintenant, ça continue d'ailleurs. Donc progressivement, on lit des trucs. Et donc pour vous résumer mon parcours perso, c'est ça. Voilà.

I : Et aujourd'hui, quel est votre rôle ? Quelles sont vos occupations principales ?

A : Alors aujourd'hui, je suis pensionné. Ça, c'est la première chose. Et je consacre beaucoup de temps... Un peu trop peut-être... Je crois que c'est pas loin d'un temps plein. Parce que dans notre association et moi perso aussi, j'essaie d'être le plus... Enfin, je dis toujours un bénévole professionnel, c'est-à-dire que donner les conseils aux détenus, voir ... trouver des collaborations pour tenter de réussir au mieux le processus de réinsertion du futur sortant de prison. Et bien je prends beaucoup de temps pour nouer des contacts, rencontrer des gens, et aussi nouer des collaborations avec des services qui sont plus spécialisés dans certains domaines pour pouvoir justement offrir un accompagnement le plus réaliste possible en fonction de la situation de la personne. Je vous donne un exemple. Par exemple, il y a beaucoup de problèmes de situation d'assuétude en prison, des personnes qui sont dépendantes. Et bien nous, dans l'accompagnement, on essaie, il n'y a pas que le logement, mais il y a aussi le suivi thérapeutique. Et donc on collabore avec d'autres associations qui sont plus spécialisées dans ce domaine et qui peuvent permettre alors de faire un accompagnement pluridisciplinaire de la personne. Et donc je consacre beaucoup de temps à ça pour le moment.

Sinon je visite au niveau de la prison de Lantin. Donc je suis dans la commission de surveillance. Je rencontre les détenus une fois par semaine. Je vais passer une journée à Lantin. La commission de surveillance, c'est un truc particulier. Je ne sais pas si vous connaissez un peu. Donc c'est vraiment vérifier si les droits fondamentaux des détenus sont respectés. Ça, c'est le principe de base. Et puis on fait remonter l'info, enfin les constatations qu'on fait, on les fait remonter au niveau du Conseil central qui, lui, est le relais par rapport à l'administration pénitentiaire et aussi au pouvoir décideur politique. Donc ça, c'est une

grosse partie de mon travail. La deuxième partie, c'est... J'ai commencé des accompagnements.

Donc je suis des personnes aussi qui sont dans le projet de réinsertion. Je les suis à la fois en détention et puis je les suis aussi à l'extérieur. Par exemple vendredi, je vais rencontrer un. Ça me prend beaucoup de temps aussi. Et puis alors je suis... Enfin je dis beaucoup « je suis », mais c'est pour répondre à votre question, parce que sinon... J'ai repris la présidence de l'ASBL Plateforme Sortants de Prison. Donc je m'occupe de gérer tout ce qui est toute la vie de l'association, trouver des fonds, résoudre parfois certains problèmes qui peuvent y avoir dans l'organisation de la relation avec la prison.

Qu'est-ce que je fais encore d'autre ? Rentrer des appels à projets. Et surtout, le plus important, en tout cas sur Liège, on est en train de créer vraiment un team de collaboration, une synergie entre différentes associations. Et là, on vient de créer justement depuis une petite année un nouveau projet qui s'appelle « Maillon libre », qui regroupe cinq associations dans le but d'être un peu plus fort au niveau du plaidoyer, ça c'est la première chose par rapport aux autorités. Et aussi vraiment créer une structure de logement de transit pour les personnes qui sortent de prison et qui ont besoin de... Et ça en viendra peut-être au thème de votre travail, qui ont besoin de se poser quelques mois avant de pouvoir reprendre pied dans la société. Enfin c'est une sorte de sas entre le moment où il y a la sortie et le moment où on trouvera une solution plus pérenne, plus définitive.

I : En effet, c'est quand même beaucoup de choses.

A : Oui, c'est beaucoup de choses. Oui, oui. Je reconnais, oui. Je reconnais que c'est beaucoup de choses. En plus, au niveau de la commission de surveillance, le principe de base, c'est... Vous le connaissez, je viens de le dire, puis vous le connaissez. Mais nous, en tout cas, chaque commission fonctionne un peu différemment. Mais nous, à Lantin, il faut dire qu'il y a plus de 1200 détenus. Et on rend aussi beaucoup de petits services parce que, malheureusement, vous connaissez les problèmes actuels, sans doute, au niveau du système pénitentiaire, manque de personnel, surpopulation. Et donc il y a beaucoup de choses qui ne fonctionnent pas bien. Et donc souvent, au niveau de la commission de surveillance, comme on rencontre les détenus en cellulaire, on les aide souvent pour résoudre des problèmes tout à fait internes du style, par exemple, la personne n'a pas de réponse à son demande de permission de sortie. Qu'est-ce qui se passe ? On va voir au greffe. On gère aussi la

commission des plaintes. Ça, je peux peut-être expliquer aussi après. Donc on récolte les plaintes des détenus.

Voilà. Ce n'est pas que vérifier le respect des droits fondamentaux qui sont quand même cadrés dans la loi de principe. Donc il y a quand même une loi de principe qui gère un peu tout ça. Et voilà. Quand il y a quelque chose qui ne s'est pas bien passé par rapport à une décision de la direction ou on essaie d'intervenir, on fait... Moi, je fais beaucoup de médiations, par exemple, dans le cadre de la commission de surveillance. Et là, puis pour être complet, enfin presque complet, je m'occupe aussi beaucoup de donner des informations aux personnes qui se trouvent en détention et qui sont en situation de séjour irrégulier. Comme j'ai vécu... Enfin j'ai travaillé pendant plus de 15 ans en sorte fermée. Voilà. On m'a demandé d'aller voir spécialement les détenus qui sont en situation de séjour irrégulier.

I : Okay.

A : Voilà. À la grosse louche.

I : Super. Du coup, de par votre expérience, j'aurais voulu savoir de votre point de vue, selon vous, c'est quoi les difficultés principales que les gens peuvent rencontrer à leur sortie de prison. Enfin quand vous voyez des personnes que vous accompagnez. Comment est-ce qu'elles vivent cette sortie ?

A : C'est un moment espéré pour beaucoup de détenus, forcément. Mais c'est aussi un moment redouté où il y a beaucoup d'incertitudes et de stress pour toutes sortes de raisons. La raison pratico-pratique, on va dire d'abord ça, mais qui influence quand même aussi le parcours, c'est que c'est extrêmement, voire pratiquement impossible de préparer son projet de retour dans la société au départ de la prison. Pour toutes sortes de raisons. Première, c'est que les services et franchement, il y a des personnes qui font super bien leur boulot, mais les services ad hoc en détention, comme par exemple l'aide justiciable ou les choses comme ça, sont complètement dépassées par les demandes et n'arrivent plus ou n'arrivent pas à faire le lien entre le monde intérieur et le monde extérieur. Donc ça, c'est déjà un gros souci qui est lié au manque de personnel et à la surpopulation. Et aussi, il faut le reconnaître parfois aussi à la vision que les personnes, les travailleurs sociaux ont de la réinsertion. Ça arrive aussi, mais c'est plus rare. Il y a quand même beaucoup de personnes de bonne volonté.

Je tiens quand même à souligner, mais c'est une grosse difficulté. Par exemple, c'est très important d'avoir des permissions de sortie, parce que sans permission de sortie, c'est le lien, si vous voulez, pour démarrer le projet. C'est très compliqué, parce que ça prend du temps. Le dossier, parfois, prend du temps. Il faut trouver des partenaires externes qui font le relais, parce qu'on n'a pas une permission de sortie comme ça, surtout les premières, pour n'importe quoi. Et donc, c'est difficile. C'est assez difficile. Puis alors, à la sortie, le gros, gros, gros souci, si vous n'avez plus aucun lien familial ou des amis recommandables, c'est la galère, parce que rien que le logement, c'est extrêmement compliqué. C'est déjà compliqué pour tout le monde. Mais en plus, si vous avez l'étiquette sortant de prison, c'est encore plus compliqué, sans moyens financiers, en plus. Et donc, il y a vraiment une période extrêmement stressante pour la personne. Je vais dire... Là, je parle uniquement au niveau matériel, mais qui influence quand même aussi le bien-être de la personne, pour faire un lien avec votre travail. Et donc, il y a un énorme stress...

I : Certaines attentes peut-être ?

A : Certaines attentes aussi, parce que c'est quelque chose qu'on attend depuis longtemps.

I : Comment vous décririez ces attentes ? Comment ils s'imaginent... Je sais pas s'ils se confient à vous...

A : C'est déjà l'attente d'être libre de ses mouvements, parce que la privation de liberté, c'est pas rien. Donc déjà d'être libre de ses mouvements, de pouvoir aller et venir librement, ça, c'est une attente importante chez les personnes. Et il y a le côté aussi financier, parce qu'ils sont vite rattrapés par la réalité. Donc l'attente vraiment principale, c'est pouvoir être libre, respirer l'air, avoir la liberté de s'asseoir où on veut, d'ouvrir une porte comme on veut, d'ouvrir une fenêtre comme on veut, d'aller faire ses courses. Il y a toute cette attente-là, certainement, de ne plus dépendre du côté sécuritaire d'un agent, de tout ce côté oppressant qu'est la détention.

Mais c'est toujours un mélange d'attentes très fortes par rapport à... Parfois reprendre des liens, hein, si par exemple la famille n'a... S'il n'y a plus de lien avec la famille ou les enfants, souvent, c'est espérer reprendre un lien, hein, espérer reprendre un lien ou recréer un lien. Ça, ça arrive quand même régulièrement. Mais tout dépend de la situation familiale de la personne aussi et de ce qui s'est passé pendant la détention. Quand vous sortez après 30 ans...

Moi, j'accompagnais un gars qui avait fait 30 ans. C'est dur, hein. Donc à la fois une envie d'être... des attentes par rapport à tout ça et en même temps une énorme crainte parce que... Oui, de ne pas avoir les moyens de réaliser ce qu'on attend depuis très longtemps.

Oui. Ça, c'est, me semble-t-il... Et la solitude... Enfin dans les craintes, hein. Dans les craintes, la solitude, c'est énorme. Énorme. C'est vraiment un gros gros gros souci. C'est-à-dire que les personnes en prison...

I : Ils ont cette crainte avant même de sortir ?

A : Oui. Et quand ils sortent, c'est terrible. Mais vraiment ! Le fait de se retrouver à la fois peut-être seul dans un logement, je ne dis pas hein, mais aussi seul à prendre un café, seul à aller faire ses courses, seul... Vous voyez ? Vraiment, la solitude, ça, c'est quelque chose d'énorme qui est vraiment... Qui a beaucoup de... Qui est très difficile parce qu'ils viennent d'un milieu en détention, un milieu quelque part où il y a tout le temps du bruit. Il y a une sorte, on va dire entre guillemets, de vie sociale en prison qui n'a rien à voir avec la vie sociale dehors, mais qui fait que quand vous vous retrouvez quelque part du jour au lendemain dehors, c'est comme... Oui, cette solitude est très présente en ce moment-là. Peut-être en comparaison justement avec ce milieu fermé où il y a tout le temps du bruit, où vous êtes parfois en duo avec quelqu'un, où vous dépendez de tout un système quelque part.

Et moi, pour le moment, j'accompagne un détenu. Enfin je le rencontre régulièrement. Moi, je l'ai rencontré tantôt. On lui a trouvé un appartement. Donc il a un appartement de transit. Enfin ça, j'expliquerai peut-être tout à l'heure. Eh ben, il n'y est jamais. Il est tout le temps à Liège parce qu'il ne supporte pas la solitude. Et pourtant, on lui propose des solutions. On lui dit qu'il peut aller là parce que nous, on cherche des appartements dans des associations sociales. Donc ne pas trouver un appartement n'importe où. Donc il peut aller... Il y a un restaurant social, il y a une épicerie sociale, il y a des ateliers. Mais il n'y va pas parce qu'il y a ce côté justement de solitude. Et il n'est jamais à la maison. Jamais. Alors qu'en venant de la prison, il se retrouve chez... C'est des petits studios où il se retrouve chez lui. Il peut faire sa petite popote. Il est chez lui, quoi. Il est chez lui pour quelques mois. Non... la solitude...

Et donc ça, ça handicape très fort pour la suite parce que bah il traîne. Il est seul, donc il traîne. Il traîne... Enfin, ce qu'on appelle nous traîner, c'est rester en rue et traîner. Et puis alors, il prend contact avec des mauvaises fréquentations. C'est son cas, d'ailleurs. Et alors, il n'assume pas ou il ne sait pas assumer ... Donc ce poids de la solitude fait qu'il ne sait pas

assumer les démarches qu'il devrait faire pour se mettre en ordre au niveau, par exemple, chercher du boulot, s'inscrire dans des agences d'intérim, remettre sa situation administrative en ordre. Il faut tout le temps lui courir après parce que la solitude est plus forte.

I : Il se sent dépassé.

A : Oui, il se sent dépassé. Vous voyez cette dualité entre la solitude et en même temps... Enfin ils ne sont pas tous comme ça, mais c'est quand même quelque chose que...

I : Que vous avez remarqué ?

A : Oui, oui, vraiment. Ça peut même aller jusque des... On en a accompagné une fois un qui avait vraiment des idées suicidaires ou alors l'envie de rentrer. J'en ai un autre... Moi, j'aime bien les exemples. Au tout début, quand j'ai commencé, j'accompagnais un gars. Il était tellement content de sortir... Mais c'était mes débuts. Je ne savais pas trop comment appréhender tout ça. Et il est sorti. Je ne sais plus trop ce qu'il s'est passé, mais en tout cas, il est rentré de nouveau. Donc, il a récidivé. Et quand j'ai été le revoir, il m'a dit mais je me sens mieux ici. Il a quelque part provoqué un délit pour pouvoir remonter. Il y en a un autre, pour le moment, qu'on a suivi... Il ne veut pas sortir. Il a décidé... Donc, il a arrêté notre processus d'accompagnement parce qu'il a décidé de rester à Lantin. Il préfère rester. Donc, il est condamné à... c'est assez lourd hein... Mais il a 60 ans, je pense, quelque chose comme ça. Il ne veut pas sortir. Il ne veut plus sortir.

I : Est-ce que c'est plutôt les attentes qu'ils avaient à l'égard de leur sortie qui tombent ou bien c'est leur crainte qui se confirment ou un peu des deux ?

A : Je crois que c'est un peu les deux. C'est-à-dire qu'ils sont déçus que c'est si difficile. Je pense qu'ils sont rattrapés par quelque chose qu'ils ne connaissent pas. Parce qu'en prison, on développe une autre identité pour résister, pour réagir. Donc, on est dans un monde sécuritaire. On est dans un monde dû à tout le temps du bruit. On ne décide rien de soi-même. On peut pratiquement rien décider de soi-même. Et du coup, on développe une identité qui n'est pas la nôtre, qui n'est pas la sienne. On va dire ça comme ça. Et pour résister, pour vivre, à un moment donné, ça s'imprègne hein, vous êtes imprégné de... C'est un peu comme... Moi, j'ai appris le néerlandais, pas à l'école, mais j'ai appris en allant vivre... J'ai

habité pendant 15 ans à Gand. Et donc, petit à petit, l'apprentissage de la langue a fait partie de moi. C'est pour vous donner une image. Et les détenus, quand ils ont vécu des années en détention, ils sont coupés de ce qui est réel. La société continue à évoluer, forcément. Et en même temps, ils développent une autre identité, leur propre identité par rapport à ce qu'ils vivent tous les jours, qui fait que, quand ils sortent, ça ne correspond plus à ce qui est nécessaire dans la société, vous voyez ?

Et donc, il y a un décalage, à un moment donné, parce que la prison devrait permettre de préparer la personne, quand elle est en détention, à ce qu'il va se passer après, et pas justement créer une sorte de vie parallèle, où malgré vous, si vous avez des idées au départ, vous voulez vraiment résister, garder votre personnalité, le système fait que, petit à petit, vous vous calquez là-dessus et vous développez une autre identité que celle qui était au départ.

Il y en a très peu qui résistent. Il y en a de temps en temps qui arrivent à garder la tête froide, comme je disais, qui restent à eux-mêmes. C'est difficile. C'est très difficile. Et donc, le choc, à un moment donné, parce qu'il y a toujours cette envie de sortir, mais en même temps, la confrontation avec le monde extérieur est... parce que vous n'avez pas les armes pour ça. Vous vous êtes resté pendant combien d'années dans un certain système qui vous a, quelque part, modelé, et qui fait qu'à un moment donné, quand vous arrivez dans un autre système où les règles ne sont pas du tout les mêmes, vous avez la liberté, vous pouvez aller et venir, il y a quelque chose de vachement stressant et vachement difficile pour la personne.

Déjà pour nous hein ! Je ne sais pas pour vous, mais moi, j'étais content de vous voir, mais il y a toujours un moment un peu... Voilà, on se dit, tiens, je ne te connais pas, comment ça va ? Vous voyez ce que je veux dire ? Et bien imaginez-vous, après 30 ans, ça peut être moins, mais même une année, quand vous êtes en maison d'arrêt, j'aime autant vous dire que ça ne rigole pas. Et donc, quand vous sortez...

Moi, je trouve qu'il faut toujours se rappeler, nous-mêmes, comment est-ce qu'on réagirait, comment est-ce qu'on réagit, nous, face à des événements qu'on ne connaît pas, et on n'a pas ce passé, cette perte d'identité, comme une personne qui a vécu l'incarcération, là. Moi, je trouve que ça explique beaucoup de choses. Vous voyez ce que je veux dire ?

Moi, je dis toujours qu'on comprend les gens... Enfin, on ne doit pas tout vivre, on ne doit pas tous aller en prison, mais quand même, ça donne une idée, je trouve. Moi, j'essaie de comprendre les gens, parce que... D'ailleurs, c'est comme ça, on a... Je ne sais pas, on s'éloigne un peu, mais on a souri, on a des sentiments, on a la peine, on a la joie. C'est ce qui fait qu'on peut appréhender et avoir de l'empathie pour ceux qui ont de la peine et qui ont de

la joie. Et donc, c'est un peu pareil pour... Souvent, moi, je me suis dit, quand j'ai un problème, quelque chose que je n'ai jamais fait... On a organisé une conférence la semaine passée, dans le cadre des JNP, mais j'étais hyper stressé. Et encore, c'est un événement que je n'aurais jamais... Je l'ai organisé pas moi tout seul, mais j'étais quand même pas mal dans le truc. Est-ce qu'il va y avoir des gens ? Comment je vais faire ? Et je suis dans la société, j'ai ma liberté, je vais comme je veux. Il faut imaginer un détenu qui a vécu des années dans un système qui te façonne pour résister, plus que souvent..., parce que je dis toujours la prison, c'est avant, pendant et après, plus ce que tu as vécu avant aussi, qui fait que tu arrives avec un bagage qui n'est pas toujours facile, au niveau social, au niveau familial. Enfin je m'éloigne peut-être un peu. Je ne sais pas si je réponds à votre question hein mais...

I : Oui, oui, ça va, vous répondez !

A : Dites-moi si je m'éloigne trop mais donc oui, l'anxiété, ça c'est... On ne va pas parler d'étiquette, parce qu'il y a ça aussi, l'étiquette, surtout en prison. Imaginez-vous, vous allez chercher un logement. Le proprio, c'est pareil pour tout le monde. Nous, on a... Vous avez un bagage, vous avez fait des études, vous allez peut-être avoir un boulot. Vous allez chercher un logement. Le proprio, il va vous demander votre fiche de paye. Et vous avez fait quoi avant ? Je fais 30 ans de prison. Vous voyez ce que je veux dire ? Donc, il y a ça aussi. Il y a l'étiquette qui vous colle à la peau.

Quand vous cherchez un boulot, il y a le casier judiciaire. Il y a l'extrême casier qu'on vous demande parfois. Donc il y a plein de choses qui rendent, en plus de ce stress que je viens d'évoquer, il y a plein de choses qui rendent aussi les choses difficiles pour les personnes qui se réinsèrent.

I : Et comment ils l'aperçoivent, cette étiquette que la société leur colle ? Ils en ont conscience ou est-ce que parfois ils l'intériorisent ? Comment est-ce que vous direz qu'ils le vivent ?

A : Oh bah il y a un peu de tout. Ça dépend de la personnalité. Il y a de la révolte. Il y a du découragement qui s'ajoute... voilà, le découragement, ça joue beaucoup. La révolte et puis de nouveau c'est mélangé, c'est sous-tendu avec le stress de trouver une seule chose. Et alors il y a aussi, ça c'est la récurrence évidemment, face à la difficulté trop grande, il y a les solutions faciles qui reviennent. Les anciens amis, les solutions faciles.

C'est pour ça que l'accompagnement, moi je trouve que ce que nous faisons, c'est pas parce que c'est mon association, mais je trouve que ce que nous faisons est vraiment primordial. C'est-à-dire créer un lien pendant la détention avec la personne, un lien de confiance, un lien, je ne veux pas dire qu'on n'est pas des amis, mais quand même un lien amical on va dire. Et le poursuivre au-delà des difficultés jusqu'au moment où la personne à un moment dit j'ai plus besoin de toi, ou bien ça marche, ou bien il a trouvé une solution. C'est hyper important pour ces personnes d'avoir ce côté humain à côté d'eux.

I : C'est justement rencontrer des gens qui ne les rattachent pas à cette étiquette...

A : Voilà ! C'est ça. Et puis quand j'accompagne quelqu'un pour un achat de logement, je lui pose la question, est-ce que tu veux qu'on explique d'où tu viens, et nous on est là pour t'assister...Donc nous, on accompagne, on ne fait pas la police. Donc on est toujours à l'écoute des détenus, c'est eux qui nous disent est-ce que tu veux bien venir avec moi chez un proprio ou un truc comme ça. Et donc je leur pose toujours la question, est-ce que tu veux qu'on parle de ta situation aux proprios quand ils vont le demander, ou pas. Et donc je laisse toujours la possibilité à la personne de le dire. Alors il y en a qui disent bah oui vaut mieux, vaut mieux jouer franc jeu direct avec le risque que la porte se ferme. Et il y en a d'autres qui disent non je préfère pas. Alors on essaie de trouver des solutions un peu crin crin pour que ça marche quoi. Parce que l'important dans cette situation là c'est d'avoir le logement, c'est la première chose, c'est de pouvoir tout doucement reprendre pied. Mais c'est dur hein, c'est très difficile.

Et donc il y a la révolte, la crainte, le découragement qui fait qu'à un moment donné on retourne vers les travers qu'on a connus avant. Parce que quelque part, c'est drôle à dire hein, quelque part c'est peut-être plus sécurisant que ce qu'ils ont vécu... que les difficultés d'affronter toutes ces réalités... Comment dire, de trouver le logement, de faire face à toute une série de choses...

I : Est-ce que vous diriez que ça prend, on va dire sur la globalité des gens qu'ils peuvent rencontrer après leur sortie de prison, vous diriez que cette stigmatisation c'est une grande grande partie, ou bien c'est 50-50, ou bien c'est la majorité des gens qu'ils rencontrent qui les jugent ? Enfin vous diriez, de votre ressenti en tout cas, je me doute qu'il n'y a pas de pourcentage précis...

A : C'est difficile à dire, mais c'est toujours, j'ai envie de dire, j'aurais presque envie de dire 50-50. Mais la réalité est dure quand même, par rapport au monde extérieur. Donc l'étiquette, c'est vraiment dur. Vous savez, quand vous êtes confronté à des démarches pour lesquelles il y a un cadre qui a demandé et que vous ne pouvez pas le fournir. Donc il y a la fiche de paye, ce qu'on a fait avant, niveau travail quand vous cherchez un logement. Donc il y a ça, j'aurais envie de dire il y a les deux. Et les sortants de prison, j'en parlais hier avec je ne sais plus qui, avec un ami, il y a deux catégories dans la société qui est vraiment rejetée de tout le monde. Il y a beaucoup de gens, il y a des gens de bonne volonté partout, donc on peut trouver des propriétaires, par exemple, un logement super sympa, ça existe. Je n'aime pas faire des généralités, mais on va dire quand même la majorité, c'est quand même pas simple. Mais il y a deux catégories sociales de personnes qui sont très difficiles et pour lesquelles la société ne fait pas de cadeaux. Même au niveau structurel, ne fait pas de cadeaux, c'est effectivement les sortants de prison, parce que « ils ont ce qu'ils méritent » ... Souvent, même moi, dans certaines connaissances, en tant que visiteur ou personne active dans le monde carcéral, il y en a qui me disent « mais qu'est-ce que tu fais là ? » Toujours le truc qui revient, « tu défends des Dutroux », ça n'arrête jamais quand vous dites que vous occupez des détenus.

I : Comme si vous étiez du côté « des méchants » ...

A : Oui, et puis « Ils ont ce qu'ils méritent, l'argent, là ils sont bien, là ils sont à l'hôtel », il y a plein de trucs qui sortent comme ça. Donc ne demandez pas pour le détenu lui-même, c'est déjà une chose. Et les personnes sans titre de séjour, sans papier.

C'est vraiment deux catégories pour lesquelles c'est extrêmement difficile. Parce que les autres, il y a des structures qui fonctionnent plus ou moins bien. Les handicapés, je suis bien placé pour le savoir, ça marche. Les vieux, ça marche. Enfin, il y a des trucs prévus. Ce n'est pas toujours facile, mais il y a des trucs prévus. Tandis que pour les sortants de prison et les personnes qui n'ont pas de titre de séjour, ça je ne vous dis pas, c'est galère. C'est galère... vraiment ! Parce qu'ils n'entrent pas dans les cases, dans les cases que la société a mis en place. Même dans les structures d'accueil, c'est dingue.

Je vous donne un exemple. Moi j'ai accompagné un gars qui était à Lantin et qui n'était pas en situation de séjour. Et il a été, d'abord on a introduit une demande d'asile, mais ça n'a pas marché et... En prison hein, donc moi je l'ai accompagné dans sa demande d'asile, mais ça n'a pas marché. Mais il allait être libéré. On ne savait pas trop, est-ce qu'il allait être en centre

fermé, parce qu'il n'a pas de titre de séjour, ou est-ce qu'il allait être dans la rue. Et comme moi je l'avais accompagné pendant 2-3 ans à Lantin, j'allais le voir régulièrement. C'était l'année passée ça. Je me dis, on ne sait jamais, s'il est libéré, il va se retrouver en rue. Comme beaucoup de personnes qui sont en détention qui se retrouvent en rue. Et donc j'ai commencé à prendre mon téléphone et j'ai cherché à téléphoner, je crois que j'ai fait tous les centres d'accueil de la région de Liège. Et bien tous « Ah oui, donc nin nin, nin nin, oui okay okay... Et donc il n'y a pas de papier ? », « Non, il est illégal. », « Ah bah alors non. » Parce qu'ils n'ont pas de subsides pour ce genre de trucs. Ça ne rentre pas dans les cases, c'est pas dans les... Même dans les centres d'accueil hein c'est impressionnant ! Et donc non, « Je n'ai jamais trouvé de place ». Il y avait toujours une raison, parce qu'il était sans papier. Donc il ne pouvait pas émerger dans tout un système qui permet... Et donc pour finir, il a été en centre fermé. Mais on l'a su juste le dernier jour. Mais c'est pour vous dire, il y a deux catégories qui sont vraiment...

Alors 50-50...? Oui, peut-être bien. Je ne sais pas. Mais en tout cas, c'est présent. La stigmatisation et l'étiquette ont beaucoup d'importance. Ça reste encore compliqué. C'est pour ça qu'on fait des choses comme on l'a fait les journées nationales des prisons. Pour essayer, au niveau de l'opinion publique, de montrer que les prisons... bah ce n'est pas nécessairement l'image qu'on véhicule dans les médias. Il y a autre chose. Il y a des humains derrière. Okay, il y a des délits qui ont été commis et il faut faire quelque chose hein, on ne peut pas laisser impuni des choses qui ont été... Mais voilà...

I : Vous m'avez dit qu'il y avait la révolte... Vous aviez parlé de certains sentiments face à cette stigmatisation. Est-ce qu'il y aurait un ressenti plus courant ? Par exemple, vous parliez de la révolte. Est-ce qu'il y a aussi de la honte ? Est-ce que certains en arrivent à se rabaisser eux-mêmes juste à cette étiquette-là ? Je ne sais pas si vous avez...

A : Je comprends ce que vous voulez dire oui... Il y a tout. La perte d'identité dont je vous ai parlé avant... Le retour... Le bagage que la personne amène avec elle quand elle revient dans la société... On va dire ça comme ça. Le bagage de la vie en détention... Fait effectivement qu'il y a plusieurs... La personne est habitée par plusieurs sentiments en fonction de sa personnalité. De nouveau, pareil comme nous. Ça ne change pas. C'est des êtres humains. Pareil, ils ont un autre vécu, mais c'est pareil.

Oui, la honte, ça arrive, « J'ai ce que je mérite. », « J'ai fait des conneries. » Moi, j'en ai connu qui disaient ça, « J'ai ce que je mérite. », « C'est normal que je n'ai pas facile de rentrer.

» ou encore « Je ne suis pas fier de moi. » Donc, il y a ça hein. Il y a la révolte. Comme je l'ai dit, il y en a d'autres qui se révoltent. Donc, si vous voulez il y a plusieurs... La tristesse, le découragement. On en a connu un qui a voulu se suicider. Ça peut aller jusqu'au suicide... Ou alors replonger dans une fuite, l'addiction, l'alcool. Pour faire face à cette pression et à cette difficulté. Ou alors la désinvolture. Il y en a un pour le moment, c'est la désinvolture. C'est vraiment, il y a un panel si vous voulez de... Mais c'est comme tous les êtres humains. Nous, on a un événement qui se passe, soit on a la tristesse, soit on a la joie, soit on n'est pas fier de soi, ou soit ... je sais pas ... Moi j'ai eu beaucoup de difficultés, bon je n'ai pas de tabou pour en parler, j'ai eu beaucoup de difficultés avec ce que j'ai aux yeux. On est tout le temps confrontés. Ce n'est pas de la honte, enfin voilà maintenant c'est fini, je ne suis plus vieux, mais quand j'étais à l'école, le regard des autres... Il faut accepter hein... Parfois, je réagissais « Bah merde ils n'ont qu'à me prendre comme je suis », parce que jour-là, je m'étais bien levé le matin et ça allait quoi. Et un autre jour, je n'avais pas la même... Je ne sais pas pourquoi. Ça me touchait plus. Et donc j'avais plutôt tendance à ne pas sortir de chez moi. C'est un peu pareil pour les détenus. Il y a un panel de réactions intérieures. J'essaie de l'exprimer comme ça face à ce qu'ils ressentent, à ce qu'ils vivent, aux confrontations dans la société, aux choses qu'on leur demande.

I : Et c'est une épreuve sur le long terme...

A : Ah non non non, c'est sur le long terme hein. C'est vraiment sur le long terme... Moi, j'ai accompagné quelqu'un pendant ... un couple, pendant six ans. Comme je vous le disais, on les accompagne à l'intérieur et puis à l'extérieur. Et puis voilà, ça n'a plus la même... Comment dire ? Il y a un cadre dans notre ASBL, il faut s'arrêter à un moment donné, quand la personne a le logement. C'est un peu notre truc. Quand la personne a le logement, qu'elle a retrouvé une stabilité sociale... Alors on sort tout doucement. Mais il y en a qui continuent à garder le contact.

Moi, j'ai accompagné ce couple pendant six ans. Plus ou moins six ans. Ils sont morts tous les deux, malheureusement. Pourquoi je vous raconte ça ? Parce que c'était vraiment un mélange de sentiments. J'allais un jour, la personne me téléphonait, et puis j'allais là-bas et c'était « Oh ça va aller hein ! J'ai eu contact avec machin bazar, et ça marche, et mon fils va revenir me dire bonjour. » Et puis une semaine après, elle me téléphonait et elle me disait que ça ne va pas parce que son fils avait eu un imprévu et il n'avait pas pu venir pour raison x, et tout de suite « Il me juge. », et de nouveau « Il sait bien ce que j'ai fait. » Vous voyez ?

C'est vraiment en fonction de... Mais ça peut durer hein. Ça peut durer, ça peut durer des années. Malheureusement, ces deux-là... En fait, j'avais accompagné d'abord elle, la dame au quartier femme, et puis, elle s'est mariée en prison. Ce qui est extrêmement compliqué. Ce qui n'est pas à faire d'ailleurs, à mon avis. Ça, c'est l'expérience. Donc on en a eu deux pour le prix d'un. J'ai eu les deux, le couple. Je ne pouvais pas accompagner la dame sans le monsieur. Je les ai accompagnés. Enfin, ils étaient deux hein et pendant leur sortie ils se sont mis en couple, enfin ensemble. Mais ils n'avaient jamais vécu la vie de couple. Je ne te dis pas les problèmes qu'on a. Ça aussi, pareil. Pendant des années, t'es seul en cellule et puis, tout d'un coup, tu te retrouves dans une vie conjugale que tu as espérée. Tu as correspondu par lettres, il y avait aussi des visites, ce qu'on appelle des VHS, donc des visites hors surveillance. Mais tu n'as jamais vécu dans le quotidien, faire tes courses, gérer la maison...

I : Oui, ça revient à ce qu'on parlait, avec les attentes...

A : Oulala mon Dieu... Et voilà, c'est ... On a même dû à un moment donné... Pour vous dire la vérité, on a dû faire remonter le gars parce qu'il devenait violent. Et puis finalement, elle l'aimait donc finalement a réussi à le faire redescendre. Nous, on appelle ça monter-descendre, ça veut dire aller à Lantin. Donc il est remonté parce qu'il fallait protéger la dame, puis il est revenu. Et puis pour finir, lui est décédé et elle est décédée quelques mois après. C'était aussi des toxicos hein faut dire. Et alors, cette misère...

Il lui a fait 30 ans hein, c'est pas rien... Donc, la misère si vous voulez, quand vous avez une relation comme ça, vous... Ils vous racontent des choses hein... On ne demande jamais ce qu'ils ont fait nous, c'est notre principe de base. Mais forcément, avec le temps... Et puis quand on sait que quelqu'un a pris 30 ans, ce n'est pas pour des petites choses. Et du coup quand il est sorti, ça a été très difficile pour reprendre pied, après 30 ans vous imaginez ? Et il est décédé, et la misère qu'il a connue, la misère qu'il a connue avant, parce que c'était un gars qui avait été battu par ses parents. Enfin un truc de fou... Comme je dis toujours, la prison c'est avant, le pendant et après bah ça a été dur. Et malheureusement, il est décédé de très mauvaise santé, parce que la santé, c'est important aussi.

La santé en prison, je vous jure ça se détériore hein ! C'est impressionnant. Parce que la bouffe, ce n'est pas terrible, les soins de santé bah en tout cas, nous on a beaucoup de plaintes à la commission de surveillance par rapport aux soins de santé, les problèmes psy, les souffrances psychologiques et psychiques en prison, ce n'est presque pas pris en charge, en tout cas, à Lantin, c'est très peu, les traitements de substitution, enfin...

Donc après 30 ans, quand vous sortez de prison, si vous n'avez pas la force, comme je vous disais tout à l'heure, de résister parce que votre passé, et puis voilà... Ce monsieur, il était vraiment en mauvaise santé. Et il est décédé et ça m'a toujours marqué parce que il n'y avait plus personne autour de lui, à part nous, enfin la plateforme et il a été enterré au carré des indigènes. Je me rappellerai toute ma vie parce qu'on avait été là avec nos bottes, c'était tout boueux, tout crado... Et finalement, il a été enterré au carré des indigènes parce qu'il n'y avait personne pour prendre en charge les frais funéraires... Et vous voyez, c'était une image de la misère du début, la misère en prison et la misère en sortant, la difficulté de reprendre pied... Et elle pareil hein, elle est morte aussi de très mauvaise santé. Probablement ... Elle fait moins, elle fait 8 ans, probablement à cause de ce qu'elle a vécu avant et puis la prison. Et elle est décédée pareil au carré des indigènes. Et moi ça m'a... je n'oublierai jamais ça. C'est vraiment pour expliquer, je vous raconte ça comme ça parce que je trouve que c'est un bon concentré de difficultés et de souffrance morale pour reprendre pied dans la société quoi...

I : Ça ne les quitte jamais totalement.

A : Non... Et aussi, pour rejoindre ce que vous demandiez, le fait que il y en a aussi que « Bah t'es là, bah tu feras tout pour moi », ça existe aussi. Du style, « J'ai été assisté en quelque sorte en prison pendant des années, ben vous êtes là, il faut que tu me trouves un logement, il faut que tu me trouves ci, ... » Il y en a qui sont hyper exigeants hein. C'est aussi une manière de réagir aussi. Mais tout dépend toujours de la personnalité qu'on a. Il n'y a rien à faire. L'affectivité aussi, l'affectif, ça c'est ... Il y en a qui sortent et ils n'ont pas eu de vie de couple. Ils cherchent un partenaire ou une partenaire et parfois ça devient une obsession.

I : Ça joue un peu sur la solitude aussi.

A : Oui, voilà, la solitude et la difficulté de rencontrer quelqu'un, quand ça se passe, quelqu'un qui n'a pas vécu... Quelqu'un qui n'a pas de passé carcéral, et d'avoir la franchise, l'humilité de pouvoir en parler en couple. Ça c'est aussi une difficulté hein de reprendre une relation, de partage correct dans un couple, c'est pas facile... C'est pas facile de pouvoir... Enfin ça existe aussi...

Enfin voilà donc il y a une panoplie de difficultés et de sentiments qui est liée à la fois au monde carcéral, à la fois au monde externe, aux difficultés du monde externe, et à la fois à

la personnalité de la personne, qui est plus optimiste, plus pessimiste de nature, ça existe, ça se retrouve, et peut être exacerbée par les années de prison, le côté du caractère peut être plus exacerbé par les années qu'on a vécu en prison.

I : Et au niveau de l'estime de soi, comment est-ce que vous diriez que, les jugements qu'ils peuvent recevoir, pour ceux qui rencontrent des gens dans la société en général, comment est-ce que vous diriez que ça affecte leur estime d'eux-mêmes ?

A : Ben c'est un peu ce qu'on disait tout à l'heure... « J'ai raté ma vie. J'ai fait des conneries. Je ne mérite pas de... » Il y en a hein, pas tous, mais il y en a quand même qui...

I : Qui sont limite en accord avec le traitement qu'ils reçoivent ?

A : Oui, voilà. « J'ai ce que je mérite. » D'ailleurs je n'ai jamais rencontré un détenu dans ma carrière qui... Beaucoup disent « Bah oui j'ai fait une connerie. J'ai ce que je mérite. J'ai une peine à tirer. » Là où ils contestent c'est sur les conditions de détention, mais pas sur la... Enfin en tout cas moi perso, je n'en ai jamais rencontré. Ils disent tous « Oui bah voilà j'ai merdé. J'ai ce que je mérite au niveau de la peine. »

I : Au niveau des années de prison ? Ou même quand ils sortent, ils disent que le traitement qu'ils reçoivent ...

A : Ah non, ça ils trouvent... Ah oui, alors il y en a qui disent « J'ai ce que je mérite, j'ai merdé. » Mais quand même, c'est plus quand même à ce moment là... ça se transforme plutôt on va dire en révolte ou alors, comme je l'ai dit tout à l'heure, en révolte ou en chercher la facilité « Je vais aller voir ailleurs, je vais retourner dans mes travers. » Mais non en général, ils ont envie de sortir, ils ont envie qu'on leur donne une chance, une deuxième chance. C'est plutôt dans ce sens là de dire « Je ne trouve pas de logement. C'est normal j'ai fait des conneries. » je n'en ai pas connu beaucoup des comme ça non. C'est plus les difficultés... Mais vraiment... Non...

I : Ça doit être compliqué psychologiquement de se dire « J'ai fait une connerie, j'ai eu ma peine, mais quand je sors, rien n'est fini en fait ». Ça doit être une difficulté à surmonter...

A : Ah ça oui ! Mais ils n'en sont pas conscients avant de sortir. Ça c'est le problème, vous voyez. Ils n'en sont pas conscients quand ils sont en détention parce qu'il y a toujours cette tension « Je veux sortir », il y a cet espoir, on va dire, d'autre chose, d'un monde meilleur, on va dire. C'est ce qui sous-tend la sortie mais ... C'est ce que je reproche aux pénitenciers et aux grandes structures, c'est qu'il n'y a pas du tout cette préparation à la fois psychologique et à la fois matérielle de permettre à la personne de pouvoir, tout doucement, appréhender le monde extérieur, tout en ayant... tout en faisant ta peine parce que ça on ne peut pas y échapper. Mais bon ça c'est toute une réflexion sur la taille des prisons, les peines alternatives et toutes les choses comme ça. Donc il y a trop peu de liens avec le monde extérieur pour pouvoir... Et donc oui, ça rend les choses difficiles...

I : Alors, on en a déjà parlé mais pas directement, je voulais aussi parler de leur sentiment d'appartenance sociale. Est-ce qu'il y en a qui réussissent à se considérer de nouveau comme un citoyen inclus dans la société ou c'est vraiment quelque chose qui reste difficile ?

A : Ça reste difficile, ça reste difficile pour tout ce qu'on vient de dire. C'est la logique de ce que j'essaye de vous dire hein. Ça reste difficile, oui. Ça reste compliqué. C'est comme de vouloir mais d'avoir difficile d'y arriver. Mais ça reste une difficulté, une frustration. Et puis, il ne faut pas aussi négliger le côté que la personne qui a commis un acte, il ne l'oublie pas. Vous voyez ce que je veux dire ? T'as commis un acte répréhensible qui a occasionné des victimes et qui t'a fait payer je ne sais pas combien d'années de ta vie en détention, c'est un sac que vous portez sur le dos même si vous avez réussi, la société tout va bien, pas de problème, vous avez la maison, vous avez tout, ... Il reste toujours ce poids de l'acte commis, je pense bien, et il faut vivre avec.

Moi, je rencontre des détenus. Par exemple, on a encore fait une animation, avec X, c'est un ancien détenu qui a fait je ne sais pas combien d'années ... 27 ans, il a fait ! Mais donc maintenant, il consacre son temps dans les écoles, il explique tout ça. Il dit qu'il fait ça pour conscientiser, pour les jeunes, pour qu'ils comprennent ce qu'un acte peut engendrer. Il est très enthousiaste. Je l'aime beaucoup. D'ailleurs, il est venu à la maison la semaine passée. On a sympathisé. Mais ça fait des années qu'il est sorti. Mais alors, tu le sens toujours un peu... Il a quand même fait quelque chose. Il y a ce poids. Ça s'atténue peut-être avec le temps, je ne dis pas. Mais je pense que quand tu as pris la vie de quelqu'un, ce n'est pas anodin hein... Ça reste quelque chose sous-jacent dans la tête d'une personne. Je pense que ça n'est pas facile à vivre. Franchement, je dis toujours que celui qui arrive à se réinsérer,

avec tout ce qu'on vient de dire, je tire toujours mon chapeau parce que ce n'est pas évident. Franchement, ce n'est pas évident. Ce n'est pas évident de se reconstruire quand on a tout ce passé. Je suis toujours en admiration, d'ailleurs je le dis souvent aux gars que j'accompagne...

Ici, vendredi, je vais en accompagner un. Il est toujours à Lantin. Il sort ici pour une journée. Je lui dis toujours, pour l'encourager aussi, "Je te félicite", parce que imaginez que vous êtes pendant des années en taule, vous sortez pour la première fois en permission de sortie, le ciel est bleu, vous voyez les gens en terrasse, ... Et puis, il faut remonter, il faut rentrer le soir, la permission, c'est jusqu'à 18h. Et bien, la force de caractère qu'il faut pour dire à un moment donné « J'abandonne tout ça, je remonte, je retourne dans ma cellule de 9m2 ». Ben moi, je les encourage. Franchement, chapeau. Il y en a qui ne rentrent pas ! Il y en a aussi qui préfèrent... Qui ne rentrent pas. Il ne revient jamais. Ça arrive aussi. C'est totalement humain, c'est humain aussi. Et tant qu'il ne commet pas de délit, pas de soucis. Ce qu'il y a c'est que après son parcours en détention va être plus compliqué parce qu'on ne lui fait plus confiance pour les permissions de sortie. Ça va être compliqué. Mais c'est compréhensible, c'est certain.

I : Je pense qu'on arrive un peu sur la fin. Je voulais encore vous demander si vous deviez dire les principaux leviers qui permettent aux anciens détenus de se reconstruire malgré toute cette stigmatisation ? Qu'est-ce que vous pourriez citer ? Qu'est-ce qu'ils trouvent autour d'eux ? Quelles sont leurs principales aides ?

A : Donc moi, je dis toujours qu'il y a le temps de la détention, comme je viens de dire. Donc d'abord, il faudrait des acteurs, il faudrait des structures plus petites qui permettent d'humaniser mieux la détention et de pouvoir garder un lien avec le monde externe. Pas nécessairement... Il y a une privation-liberté, forcément hein, on est d'accord. Enfin, et encore ! Je pense qu'il y a beaucoup de personnes qui ne devraient pas se trouver en prison. Enfin qui doivent purger leur peine mais d'une autre manière. Mais quand on y est, je trouve qu'il faudrait des accompagnements plus individualisés et pouvoir encourager.... Toujours garder... Comment est-ce que je vais l'expliquer ?

Que la personne puisse toujours avoir un regard vers l'extérieur, vers ce qu'il va connaître quand il sortira. Ça peut aller par des formations, ça peut aller par un travail, un suivi quand c'est nécessaire, un suivi psychologique ou adapté. Déjà ça, à l'intérieur même de la détention, il faudrait des structures. Normalement, il y a ce qu'on appelle le plan de détention

qui est prévu dans la loi. Mais il n'est pas appliqué. Mais il y a le plan de détention. Il y a une évaluation psychologique de la personne, il y a un travail pour prendre conscience progressivement de ce qui fait qu'on est arrivé là, il y a les contacts familiaux, quand c'est encore possible, favoriser les contacts familiaux. Enfin, il y a toute une panoplie de choses qui faciliteraient le passage du monde fermé au monde ouvert, je pense. Donc mettre en place toute une série de choses. Donc ça demande des moyens, des unités plus petites, des moyens humains d'investissement autre que dans le sécuritaire ou le punitif. Donc plutôt qu'on consacre des moyens au niveau du suivi de la personne individualisée. C'est un rêve hein mais ça devrait être comme ça.

Et puis, à la sortie... Enfin, je pense qu'il faut des personnes charnières avec un pied dedans, un pied dehors, comme nous on fait par exemple. Quand on rencontre les détenus en détention, on leur parle pas seulement de leur plan de réinsertion, on leur dit aussi « Tiens, tu as vu dans le journal, il y a eu un truc qui s'est passé ». Donc vraiment garder le lien entre le monde extérieur et le monde intérieur, ça, ça me semble vraiment important. Donc avoir des personnes charnières, un peu comme nous on fait et comme d'autres font, mais avec du concret. C'est vrai qu'il y a les visiteurs de prison. Moi, je suis président de l'association francophone des visiteurs de prison, pour que ce soit des visites amicales. C'est super important. Mais le détenu, il a aussi besoin d'un mixte entre la visite amicale mais aussi entre le concret. Par exemple, quand on arrive proche de la détention, on vient avec des offres d'emploi pour déjà progressivement projeter la personne et continuer à garder ce lien avec le monde extérieur. Donc voilà, il y a une partie du monde intérieur, tout le personnel, les assistants sociaux, les éducateurs, tout ce qui se passe en prison devrait être plus axé sur la vie à l'extérieur. Et alors après la libération, il faut être là. La personne doit pouvoir compter sur des personnes bienveillantes et un environnement bienveillant qui lui permet progressivement de retrouver des repères sociaux qui correspondent à la société et à lui-même d'abord. C'est pour ça que nous, on développe de plus en plus des structures de logement dans des associations qui ont déjà tout un panel d'activités qui permet que la personne se sente moins seule et qu'elle puisse faire partie d'un environnement social intéressant pour elle, humain. Et donc oui, garder une relation, montrer la bienveillance par rapport à ces personnes là. Tout en, naturellement, je dis toujours « Ce n'est pas nos amis hein », il y a quand même un cadre. Mais le cadre, il peut être sympa, tout en étant un cadre.

I : Vous avez eu des exemples de réinsertions particulièrement positives ?

A : Oui, heureusement ! Oui, bien sûr. Il y en a même que, par la suite, la relation continue. On est invité à souper. Ils ont leur petite chez eux, ils sont peut-être en couple. C'est déjà arrivé qu'on me dise « Ça me ferait plaisir de vous inviter à manger, on va manger ensemble ». Par exemple, le gars qui est toujours en détention maintenant, ben quand il sort... Je ne m'en occupe pas en tant qu'accompagnant mais je le suis depuis longtemps. Et quand il sort, on essaie toujours de trouver un moment pour aller boire un café pour garder une relation. C'est important. Et oui, on a des exemples des personnes qui ont réussi à trouver un boulot, un logement pérenne, un logement de transit qui sont installés dans la société et que ça va quoi...

Je ne dit pas tous hein ! Parce qu'on a des gamelles aussi, ça c'est sûr on en a. Ça dépend un peu. C'est plus plus facile de rencontrer quelqu'un en détention que de le rencontrer à l'extérieur. C'est tout un autre travail. Il y a plein de choses à construire quand vous le rencontrez après. La relation de confiance, c'est plus difficile. C'est pour ça que les permissions de sortie, les congés, c'est important. Il y a quelque chose qui se met en place, même si c'est temporaire. On travaille beaucoup sur les logements de transit. Avant, on n'avait pas ça. Maintenant, on travaille beaucoup là-dessus. Donc c'est d'avoir des petits studios où la personne peut se poser, elle peut cuisiner, elle a son petit chez-soi. C'est très important. Mais en même temps, elle sait qu'on est là, on va rendre visite, on essaie de faire des activités ensemble pour qu'elle se réintègre progressivement.

I : Pourquoi vous dites que c'est plus difficile quand on rencontre la personne après ?

A : Tout ce qu'on vient de dire avant. La gestion, l'accompagnement de toutes les difficultés à la fois matérielles, qui sont quand même nombreuses, et en même temps la difficulté intérieure de la personne, qu'elle trouve ses repères sociaux. Une chose est d'avoir une maison, une chose est de s'y sentir bien, de se sentir bien dans la vie. C'est vraiment les deux qui sont difficiles. Et il y a une chose sur laquelle on a peu de prise, c'est sur la matière intérieure de la personne. Une maison, c'est galère hein, mais il y a moyen de trouver, c'est du matériel, c'est du concret. La déprime ou quelqu'un qui a des tendances suicidaires...

Par exemple ici, le gars qu'on accompagne, je viens de le voir ici à Liège. Il a un appartement chez nous mais il n'y est jamais comme j'expliquais. Et donc on essaye avec le service social de lui faire, qu'il respecte ses rendez-vous parce qu'on a besoin. On a un service social pour qu'il aille dans un premier temps au CPAS, qu'il paye son loyer,... Enfin, il y a plein de choses qu'on essaye de mettre en place. C'est toujours dans le principe de se réinsérer et

d'être responsable de ses actes. Et bien j'ai difficile à gérer sa solitude, je ne saurais pas la gérer. Je veux dire que je ne vais pas lui tenir la main tous les jours, aller le trouver tous les jours. L'autre jour, je l'ai vu passer à Lantin, je l'ai engueulé gentiment parce qu'il ne répond pas, il avait un GSM, je ne sais pas ce qu'il en a fait, donc on ne sait même plus le contacter. Donc je lui dis « Mais aller, qu'est-ce que tu fais là ? On est là hein », « Ah oui mais la solitude, je suis tout seul ». Donc c'est difficile à gérer, l'immatériel si je peux dire ça comme ça. Et ça, c'est important la relation, qu'il me dise que je souffre de la solitude, moi je trouve ça chouette qu'il me le dise comme ça, qu'il puisse mettre des mots sur ce qu'il ressent, sur ce qu'il vit. Mais concrètement, je ne vais pas le prendre au cinéma tous les jours avec moi. J'ai ma vie privée. Donc c'est toujours compliqué.

Tout ça est très humain. Il faut pouvoir à un moment donné... Je trouve que ce qui est important c'est que la personne puisse être à l'aise pour exprimer ce qu'elle a à exprimer. Le non-dit, c'est ce qu'il faut éviter le plus possible. Ce n'est pas toujours facile. Or, ce sont des personnes qui ont été habituées à se taire puisqu'elles devaient répondre à des exigences liées au milieu carcéral. T'as de temps en temps un agent qui va être conscient et qui va dire bonjour et qui va te dire comment tu vas aujourd'hui. Mais ce n'est pas la majorité. Ils n'ont pas le temps, on ouvre la porte... T'as pas beaucoup l'occasion... Donc, quelque part, progressivement, tu te mets dans un silence intérieur parce que à qui tu veux parler ? Et ton co-détenu, c'est une promiscuité forcée. Il ne peut pas choisir qui va être quand il est en duo. Donc il est acculé à ne pas exprimer verbalement ses sentiments ou alors il les exprime sous forme de colère ou il fait une connerie pour pouvoir aller au cachot, pour pouvoir être tranquille un moment. La parole n'est pas libérée en prison, et pas que la parole. Il y a juste la façon de penser qui est libre. Quand tu te retrouves face à quelqu'un qui t'écoute et qui te dit qu'il faut accepter... Il fait de l'humilité aussi pour dire que ça ne va pas. Alors que t'es un gros malabar qui a cassé la baraque, qui a fait des hold-up, qui a zigouillé des gens. Et à un moment donné, ce gros malabar te dit que ça ne va pas aujourd'hui, que « Je ne me sens pas bien ». Je trouve ça riche, mais ça ne se fait pas du jour au lendemain. Il faut que la personne ait confiance.

La manipulation aussi, il faut faire attention. C'est souvent des sujets que nous, on aborde. Tous les trois mois, on a une intervision avec un superviseur professionnel qui nous aide un peu à prendre du recul par rapport aux thématiques qu'on rencontre dans les accompagnements. Et par exemple, un des thèmes, c'est que la personne te voit uniquement pour ce qu'elle pourra obtenir. Si tu n'arrives pas, parce que tu dépends de ton truc, moi je leur dis toujours que je n'ai pas de maison pour vous. On va faire le travail ensemble, mais

je n'ai pas une solution toute faite à la sortie. Parfois, les rencontres sont biaisées parce qu'ils te voient comme le petit Saint-Nicolas qui va apporter ce qu'il faut. C'est normal hein ! Je ne me critique pas parce qu'ils sont en demande. Moi, si je suis dans la mouise, je vais essayer de m'en sortir. Mais il faut arriver à créer autre chose, à dépasser ça et à créer autre chose. C'est toute la force des rencontres qu'on fait avec le sortant de prison et en détention. C'est d'arriver à... Okay, on est là, mais on n'est pas Saint-Nicolas, on n'est pas le Père Noël. Donc il faut aussi gérer ça, passer à autre chose parce que c'est un sentiment normal de leur part de vouloir obtenir ce à quoi ils aspirent. On fait tous pareil. Je ne sais pas, moi, quand tu cherches un boulot, tu vas aller te présenter et tu vas quand même te présenter sur ton meilleur aspect en espérant avoir le boulot. Donc, quelque part, tu vas rencontrer la personne pour obtenir quelque chose. C'est logique, mais avec tout le passé et tout...

Voilà, il faut passer à ça. Je pense que si vous faites un travail par rapport à... il faut penser à vous-même. Moi, je dis toujours, il faut penser à soi-même et se dire « Tiens, quels sont les sentiments qui m'habitent, comment est-ce que je réagis face à des choses plus faciles, évidemment, dans la société, puisqu'on n'a pas de détention, on n'a pas commis des délits », et reproduire ça, j'ai envie de dire XXL, pour des personnes qui sont privées de liberté, parce que c'est des êtres humains, ils ont tous les mêmes... On va dire les mêmes sentiments, mais ils sont exacerbés en fonction des situations dans lesquelles ils se trouvent. Et là, on est dans l'extrême. Commettre un délit, c'est déjà l'extrême, et se retrouver privé de liberté, c'est pas rien hein... Donc, aborder les choses par ce biais-là, c'est toujours ce qui m'a aidé. Quand je rencontre quelqu'un, je me dis toujours, comment est-ce que... C'est difficile de dire comment je réagis, c'est pas vraiment ça la question, mais c'est dire « Tiens, comment est-ce que je me reconnais dans ce qu'elle vit », à des niveaux peut-être plus atténués, mais t'as quelqu'un de triste devant toi, « C'est vrai, moi j'ai déjà été triste, je sais ce que c'est », peut-être pas si grave mais donc ça aide à entrer dans la personnalité, à essayer de comprendre la personnalité. Peut-être pour poser des actes le plus appropriés possible, en fonction de la situation...

I : Je vois oui... Ben moi je pense que... Je ne sais pas si vous avez encore quelque chose à dire ?

A : Non moi je... Moi je peux parler pendant des heures ! Non moi ce qui m'importe ce que vous ayez ce que vous souhaitez hein. Si je peux aider, ben voilà.

I : Eh bien vous m'avez bien aidé, merci !

Annexe 4 : Retranscription entretien 2

I : Intervieweur

A : Assistante sociale

P : Psychologue

I : Je me présente, je m'appelle Zoé Morsomme, je suis en criminologie à l'UCLouvain et je fais mon mémoire sur les différents impacts que peut avoir la stigmatisation de la société sur le bien-être psychologique des anciens détenus et leur réinsertion. Et du coup dans ce cadre là, j'essaie de rencontrer un maximum de gens qui travaillent avec ce public-là pour avoir des expériences plus concrètes, alimenter ma revue de la littérature avec des expériences concrètes. Donc je vais vous proposer de commencer, si vous pouviez vous présenter et expliquer votre rôle un peu dans l'ASBL et le public avec lequel vous travaillez.

A : Donc moi c'est X, je suis assistante sociale depuis maintenant un peu plus de huit ans ici au service d'aide justiciable. Et mon rôle c'est vraiment, ça dépend du type de demande que la personne a, mais c'est vraiment aider tout ce qui est en lien avec l'extérieur de la prison, que ce soit en prison ou aussi pour les personnes qui sont libérées, mais aussi l'aide aux proches.

P : Moi c'est X, je suis psychologue. Et donc oui, c'est principalement travailler selon le besoin de la personne. Ça peut en fait varier souvent si du coup on va en prison, là on va plus travailler sur accueillir la parole de ce que le détenu a besoin de déposer, mais on fait aussi des consultations ici au bureau et donc là c'est un petit peu différent parce que souvent ce sont des demandes du juge ou des demandes en tout cas de la justice. Donc là en fait c'est des rendez-vous sous contraintes, souvent les gens qui n'ont pas envie d'être là. Donc on fait les deux, on vient quand on a envie qu'on vienne et on est là quand on n'a pas envie qu'on soit là, un peu en groupe.

I : Okay. Et est-ce que vous avez l'occasion de suivre des personnes en prison et puis à leur sortie ?

A et P : Oui .

I : Ça c'est plus riche j'imagine, enfin c'est quand même assez riche de voir la différence ?

A : Il y en a pour qui c'est très compliqué la sortie, pour d'autres il y a des choses qui arrivent à se mettre en place, ça c'est assez valorisant de voir qu'il y a des choses qui marchent quand même, mais malheureusement c'est pas la majorité de ce qu'on voit.

P : C'est aussi chouette dans ce cas de figure là parce que souvent du coup le lien s'est déjà établi en prison et donc c'est chouette de les voir à l'extérieur, de les voir aussi dans d'autres cadres et voir comment ça se passe pour eux dehors alors qu'on les a rencontrés quand ils étaient dedans.

I : Est-ce que vous pourriez peut-être m'expliquer, de votre expérience, c'est quoi les différentes attentes quand les détenus sont encore en prison ? Comment est-ce qu'ils s'imaginent leur sortie, leurs peurs ou leurs attentes ?

A : Pour le côté social je pense qu'on peut parler qu'il y a plusieurs volets, déjà ça dépend si la personne est prévenue ou condamnée. Quand la personne est prévenue ça va plus être vraiment une attente sur qu'est-ce que je peux mettre en place pour demander une main levée, c'est-à-dire d'être libérée en détention préventive, faire une alternative à la détention préventive que ce soit sous condition, sous bracelet... Et qu'est-ce qui va m'arriver en fait, donc c'est vraiment plus de l'information sur la procédure pénale et alors c'est vraiment suivre entre guillemets des besoins plutôt primaires comme obtenir un argent de poche pour pouvoir continuer, pour ceux qui n'ont pas de famille qui versent de l'argent ou que la famille n'a pas suffisamment d'argent pour reverser un peu de sous, avoir des vêtements.

Et alors c'est beaucoup, beaucoup, beaucoup, parce que notamment ici on travaille beaucoup à Haren qui est une prison très compliquée. C'est énormément de plaintes sur le système carcéral, donc c'est accueillir aussi ce qui ne va pas et essayer tant bien que mal... Je donne un exemple comme ça, d'appeler la comptabilité, de comprendre pourquoi est-ce que l'argent n'est pas arrivé sur son compte ou comprendre pourquoi est-ce qu'il n'a pas eu toute la cantine qu'il a demandé. C'est contacter le service psychosocial interne de la prison parce qu'il ne l'a toujours pas rencontré et que ça fait deux mois qu'il est là. Ou c'est il a fait une demande pour introduire des vêtements, il n'a toujours pas reçu de réponse, enfin c'est des choses un peu au jour le jour.

Et après pour les personnes qui sont condamnées, c'est totalement un autre type de suivi en tout cas pour le côté social parce que là ça va vraiment être la préparation à la sortie parce qu'une fois qu'ils sont condamnés, ben du coup ils ont une date de quand est-ce qu'ils peuvent bénéficier de permission de sortie ou de congé, une date où ils sont admissibles, ça veut pas dire qu'ils vont d'office le recevoir, mais du coup c'est vraiment qu'est-ce que je mets en place, est-ce que je recherche une formation, un travail, il faut que j'aille dehors pour remettre en ordre ma mutuelle, pour remettre en ordre ma carte de banque, ma carte d'identité.

C'est aussi beaucoup avec tout ce qui est titre de séjour, tous ceux qui n'ont pas de papier, comment faire une demande. Mais ça c'est déjà un peu plus du concret parce qu'on prépare vraiment des choses qui vont être faites pour l'extérieur alors que quand ils sont en détention préventive comme il n'y a pas vraiment de date de quand ils vont sortir, si jamais ils ont droit à une main levée, ça se fait un peu du jour au lendemain. Et puis sinon c'est jusqu'à l'attente du procès et puis seulement là on sait à quoi s'attendre et combien de temps. Et puis je trouve que même en tant qu'assistante sociale, il y a énormément aussi de soutien psychologique, c'est à dire accueillir beaucoup la peur, l'inconnu... Enfin voilà...

P : Oui, au niveau psy, ça se recoupe très fort parce que souvent quand ils parviennent à avoir certaines libérations, certaines permissions de sortie ou quoi, il y a souvent tellement de démarches à faire que le travail psy va être beaucoup plus ciblé sur "ah ça vous stresse ? Pourquoi ça vous stresse ? et demain vous avez rendez-vous à la commune, mais vous avez été radié, ..." Et oui, c'est vraiment juste du soutien psy au fait que les démarches administratives et sociales les stressent.

A : C'est pour ça qu'on est très complémentaires. Quand on est deux sur les dossiers, je trouve que ça avance beaucoup mieux et c'est très soutenant pour la personne d'avoir un espace où il peut vraiment plus déposer ce qui ne va pas et un autre espace où qu'est-ce qu'on fait avec tout plus de concret.

P : Oui, c'est ça, tout à fait. Et pour ceux qui sont condamnés, ça dépend aussi fort. Ceux qui en fait ont pris des grosses peines et sont là pendant longtemps, on travaille pas trop le dehors et effectivement souvent ce qui prend toute la place, c'est les conditions de détention, ça prend une place monumentale.

Et quand ils sont proches de la sortie, souvent le stress qui est lié à ça, enfin ce qu'il y a souvent... Enfin moi j'ai en tout cas beaucoup de cas comme ça, c'est souvent un peu

paradoxal de dire ça mais où la prison, ça offre souvent quand même un cadre à des gens qui ont vraiment besoin de cadre. Et donc pour beaucoup de personnes qui ont des problèmes d'assuétude, d'addiction, etc, alors il y en a plein qui consomment, il y a énormément de consommation mais il y en a, ça leur permet d'arrêter, ils font leur sevrage en prison. Et donc travailler justement quand vous sortez, ça c'est souvent assez compliqué parce qu'on sent que c'est fragile, parce qu'ils repassent vers la gare du midi et c'est la panique totale. Parce qu'en fait la prison offre ce cadre de sécurité. Donc c'est fort et c'est quand même de renforcer toutes les fragilités en se disant mais quand vous êtes dehors, comment ça va se passer pour vous ? Et c'est de renforcer ça.

A : Et au niveau de la famille aussi. Pour tous ceux qui ont une famille, je trouve que ça prend quand même pas mal de place sur comment faire pour que la famille qui reste en dehors puisse continuer à vivre parce qu'en fait il y a beaucoup de familles où quand c'est le père de famille qui est incarcéré c'est souvent lui qui était le principal revenu de la famille. Et donc il y a beaucoup d'inquiétudes par rapport à ça. Aussi pour tous ceux qui ont des enfants en bas âge, c'est la question de est-ce que je vous le dis ? Est-ce qu'on le dit pas ? Est-ce qu'on fait venir les enfants à la prison ? Est-ce qu'on dit que c'est pas vraiment la prison mais que c'est un autre endroit ? Il y a pas mal de questionnements aussi sur ça.

I : Et ça c'est quand il vient le moment de la sortie, au niveau de l'entourage, au niveau des proches, c'est plus une hâte ou une crainte de retourner ?

A : Ça dépend fort... Il y en a pour qui il n'y a aucun problème, ça va se passer très bien. Il n'y a encore pas tellement longtemps, j'ai un monsieur qui est sorti pour les fêtes de Noël, c'est la première fois qu'il avait des congés. Et il stressait parce qu'il me disait par exemple, parce que lui il a eu une très longue peine quand même, et qu'il me disait que ça faisait des années qu'il avait pas mangé à table en fait. Il mange toujours assis sur son lit. Et donc il savait pas s'il allait gérer de rester à table au milieu de plein de gens alors que ça fait des années qu'il mange tout seul. C'est pour nous quelque chose auquel on pense pas, mais c'est vrai que ça peut être des questionnements pour certains, peur de pas être adapté aux autres, peur aussi de revenir dans une famille qui s'est construite sans la personne aussi, avec des changements.

P : Oui et il y a aussi parfois, moi j'ai souvent des cas quand même assez complexes aussi, parfois ils sont là pour des faits par exemple qui sont liés à la famille, violences intra-familiales, c'est hyper courant, violences conjugales. Et alors comme il y a souvent des mécanismes de dépendance, d'emprise qui sont vachement compliqués, c'est que par exemple tu peux avoir un monsieur qui est là pour violences conjugales parce qu'il a complètement tabassé sa femme, et sa femme chaque semaine elle sera là en prison, à venir lui apporter ses affaires, à faire sa machine. Et donc tout ça ce sont vraiment des choses au niveau des proches, c'est vachement compliqué. Et puis oui, quand ils ressortent c'est comment ça va se passer et ... ouais donc ça c'est compliqué.

A : Et ce qui est aussi difficile à travailler c'est surtout ceux qui nient les faits. Parce qu'il y en a pas mal aussi qui « n'ont rien fait ». Et bon, il faut quand même travailler avec ça, en disant oui mais maintenant vous êtes ici, qu'est-ce qu'on fait ? Ils sont révoltés, que c'est injuste, que voilà...

I : Et au niveau des attentes quant à leur sortie, pour les gens qui ont fait des plus longues peines, c'est quoi leur mode d'esprit principal ?

A : Beaucoup espèrent trouver un travail facilement. Malheureusement c'est déjà compliqué pour des gens qui n'ont même pas fait de prison. Et surtout qu'il y a beaucoup qui sont très peu qualifiés. Il y en a beaucoup qui espèrent ça, et puis qu'au final ils voient que c'est tellement compliqué qu'ils préfèrent repartir dans des trafics, dans de l'argent qui se fait plus facilement entre guillemets. L'attente c'est principalement le travail et le logement. Et c'est le plus compliqué. Le logement à Bruxelles c'est impossible. Même les maisons d'accueil sont full. C'est impossible de trouver un logement.

P : Moi j'en ai pas mal qui veulent partir, qui sont aussi dans un esprit hyper fâché contre la justice, la Belgique, c'est dégueulasse, machin, je vais me barrer. Et donc là c'est aussi dur de travailler sur des trucs concrets, parce que c'est quand même souvent plus l'ordre du fantasme, de se dire en fait je vais partir, je vais faire des choses ailleurs. C'est un peu le cas de figure que j'ai le plus je dirais...

I : La colère ?

P : Oui ça énormément. Surtout comme disait X, sur ceux qui ont du mal avec les faits. C'est surtout ça. Ceux qui ne reconnaissent pas c'est... « On fait tout pour me casser, la prison c'est dégueulasse, la justice c'est fait pour les femmes », ça je l'ai tout le temps, que c'est hyper avantageux quand on est une femme la justice. Alors que c'est pas trop le cas mais bon... C'est quand ils n'ont pas compris pourquoi ils sont là... Voilà.

I : Okay, merci. Et est-ce que vous... Donc là plutôt pour ceux que vous rencontrez, qui sont déjà sortis, peut-être ici. Est-ce qu'il y en a qui... C'est quoi leur discours quant à la comparaison entre ce qu'ils s'imaginaient, pas forcément leurs attentes, mais la vision qu'ils avaient, leur sortie ou comment ils allaient retrouver la société, et ce qu'il se passe vraiment ?

A : Moi, il y en a plein qui sont complètement démunis. Ils pensaient que « Ah je vais sortir, je vais aller au CPAS, je vais retoucher un revenu ». Ben non. Déjà, il faut introduire une demande, ça le CPAS a 30 jours pour accepter. Et donc c'est énormément de colère en disant « Oui mais moi j'ai rien, j'ai besoin d'argent là maintenant. », je dis « Oui mais là il n'y a pas de solution, il faut attendre la décision. » Et puis alors si la décision est refusée, là c'est encore pire. Et ils ont très peu de ressources en fait, à part le service qu'il y a ici. Ils ont très peu de ressources d'aide en fait, que ce soit d'aide matérielle, financière, mais aussi de réorientation. Nous ici, on ne distribue pas de vêtements, on ne distribue pas de colis alimentaires, on ne finance rien du tout. Mais on est là pour les accompagner dans il faudrait aller à ce CPAS là, on va appeler, on va prendre rendez-vous ensemble. Ça nous arrive pour les gens qui sont débrouillards entre guillemets de les laisser aller mais... Enfin moi ce matin encore, j'étais au CPAS avec une dame, parce qu'elle est incapable d'expliquer sa situation, elle s'emmêle les pinceaux, le contact avec l'autre est très compliqué. Et donc en fait, si j'ai envie qu'elle puisse obtenir quelque chose, je ne vois pas autrement que le fait d'aller avec elle, parce que sinon elle ne va rien expliquer et puis ils vont refuser.

Donc la réalité, je pense que... Enfin voilà les politiques de nos jours font que c'est de plus en plus difficile et ça, les gens ne le comprennent pas. Il y en a beaucoup qui pensent que tout leur est dû et que tout va être facile. En fait, ça ne l'est pas du tout, parce qu'il y en a un qui, en sortant, n'avait pas remarqué que sa carte d'identité était périmée. Puis comme elle est périmée, il a perdu son titre de séjour. Et du coup, il faut faire de nouveau une demande à l'Office des étrangers. Et puis voilà, c'est en fait un enchaînement de bâtons dans les roues pour une simple demande d'un revenu d'intégration sociale, par exemple.

P : Ouais... Pas mal perdus hein... C'est vrai que je pense à ça, parce que j'en ai eu un ce matin qui vient d'avoir ses permissions de sortie, donc il sort depuis 2-3 semaines. Donc je le voyais en prison. Et même ce matin, je flashais parce que physiquement, il était hyper différent qu'en prison. Il avait l'air au bout du rouleau, épuisé ou glacé, parce que ça, il fait froid. Mais il y a aussi tout ce côté-là. « Je sors, quelle est ma dette ? Quel est machin ? Et j'avais aussi... » Ça me faisait aussi penser beaucoup à... Ouais, tout ce qui était addiction aussi. J'ai quand même eu le cas, pas ici, mais avant j'étais dans une autre association qui faisait le même genre de travail, mais spécialisée addiction, et où en fait, ils sortent, puis ils viennent au rendez-vous et en fait, ils sont sous conso. Et ça, c'est chiant dans le sens que tu te dis, merde quoi, il vient complètement alcoolisé, etc, et on va devoir bosser d'autres trucs quoi... Donc ouais, hyper perdus.

A : Ouais, ils sont très, très perdus. Puis aussi... Enfin, même le coup de la vie, ils ne sont pas sortis depuis 5 ans, ils ont une permission de sortie, ils doivent prendre le train. Ils se disent « Wow mais c'est super cher ! », tu t'achètes des clopes, et ouais... Donc principalement, c'est perdus, déçus et en colère. Donc voilà, bon résumé. Mais content d'être dehors toujours hein !

P : Oui, oui, oui quand même.

A : Toujours content d'être dehors, en général, mais voilà. C'est limite plus difficile, quoi. Parce qu'aussi, je trouve que la prison infantilise énormément les détenus. Il faut demander pour avoir, pour certains, pour avoir un briquet. Il faut demander pour sortir. Enfin, il faut demander pour tout. Il y a des heures précises pour aller au préau. Et donc, en fait, même pour ouvrir une porte, ils doivent demander. Et donc, en fait, tout d'un coup, se retrouver de... « On les prend pour des enfants, il faut faire une demande pour tout et ils ne choisissent rien. Ils ne choisissent pas l'heure à laquelle ils mangent, ils ne choisissent pas l'heure à laquelle ils sortent, etc. », à « Je suis dans la nature »...

Tu passes de... où je dois complètement me débrouiller, alors que ça fait 4 ans que je n'ai pas utilisé un ordinateur ni un GSM. Il y a un milliard de choses qui ont commencé, qui ont changé ces dernières années, notamment, je trouve, depuis l'année du Covid, où beaucoup de choses ont été numérisées. Ils sont complètement paumés au niveau numérique et même si c'est des jeunes hein ! Parce qu'on se dit, oui, parfois, il y a la fracture numérique, mais

même des jeunes, ils n'ont pas d'adresse mail, ils ne savent pas l'utiliser. Alors, It'sMe je ne sais pas ce que c'est, alors que c'est hyper pratique. Surtout que, allez, moi, j'utilise régulièrement It'sMe, mais eux, ils ont besoin d'avoir une composition de ménage, ils ont besoin d'avoir un avertissement extrait de rôle parce qu'ils doivent trouver dans plein de trucs, ils doivent donner plein de documents pour s'inscrire dans un logement social, pour s'inscrire au CPAS, pour s'inscrire à plein de choses. Ils doivent fournir un maximum de documents avec peu d'éléments en main pour pouvoir les avoir facilement quoi... Ou même, et donc là, c'est la raison pour laquelle on est là pour les accompagner, mais même retenir le code de sa carte d'identité, il y en a plein, ils ne savaient même pas qu'il y avait un code PIN sur sa carte d'identité. Donc, on doit recommencer en redemandant des nouveaux codes PIN pour pouvoir enfin arriver à tous ces documents-là. Et donc en fait, ça ne suit pas du tout. Et en fait, la prison, c'est vraiment, j'ai l'impression, un temps d'arrêt. Donc, ils sont là, mais ils n'évoluent pas dans la société et en même temps que la société. Et donc, ils ressortent de là complètement paumés. Alors que de base, c'était des gens qui étaient comme vous et moi. Et ça, là notamment, c'est le gros problème de la prison de Haren, c'est que, et les prisons en Belgique de manière générale, c'est qu'il y a très peu de subsides pour pouvoir donner des formations en prison. Et la prison de Haren, elle est tellement immense avec énormément de problèmes de fonctionnement... Ben c'est pas possible de... Il y a quelques cours hein, mais bon, ils sont 1 200 et il y a 8 places pour le cours de français ou le cours d'informatique il y a que 10 places pour 1 200 détenus. C'est un peu ridicule, quoi.

Donc, voilà. C'est dommage. C'est dommage parce qu'il y a vraiment beaucoup de choses à faire et nous, le SLAJ, on est les premiers à le vouloir. On a une chargée de projets dans notre service qui fait plein de choses et qui a un vrai pouvoir en faire plus, qui a la possibilité d'en faire plus, mais pas la possibilité au niveau de la ressource humaine. On a cruellement besoin d'une deuxième personne qui pourrait l'épauler et on n'a pas les subsides pour le faire. Et ça, c'est des moments précieux parce qu'il y a même des juges où il y a plein de gens qui disent, même les agents qui disent, ouais, les détenus, à quoi ça sert d'avoir un atelier théâtre c'est ridicule, c'est juste pour les divertir, ben non. En fait, apprendre à parler en public, c'est déjà se préparer devant un juge, devant le tribunal de l'application des peines, devant un assistant de justice, devant un employeur, devant un propriétaire. Apprendre à parler, c'est... voilà, c'est pas juste pour faire une pièce de théâtre pour s'amuser, quoi. Et ça, il y en a plein qui ne pensent pas que derrière chaque activité socioculturelle, bah il y a un intérêt pour après. C'est un bagage qu'on leur offre et c'est bien qu'ils puissent y participer mais malheureusement, ils ne sont pas assez nombreux à pouvoir en bénéficier, quoi.

I : Oui, c'est pas facile... Et quand vous dites que du coup, oui, c'est très difficile, est-ce qu'ils s'y attendent ? Est-ce que ce soit aussi difficile ou est-ce qu'ils ont certaines craintes mais ils ne s'y attendaient pas à autant d'obstacles ? Ou est-ce que c'est quand même ce qu'ils s'imaginaient plus ou moins ?

P : La prison générale ou la... ?

I : L'après-prison, plutôt l'après-prison.

A : Ben, on voit vraiment la différence entre ceux qui sont épaulés par la famille et ceux qui ne le sont pas hein...

P : Ouais, ouais, ça, ça change énormément, c'est vrai.

A : Ceux qui sont épaulés par la famille, en général, ça se passe bien. Mais ceux qui n'ont personne ou qui... C'est pas qu'ils n'ont pas de famille, mais les relations sont devenues plus compliquées en général dû au fait qu'ils ont été en prison... Il y en a qui savent parce que c'est plusieurs allers-retours déjà qu'ils font. Il y en a d'autres pour qui, ouais, ils tombent un peu de haut, quoi. Mais nous, on essaye, hein, quand il y en a un qui me dit « Ah, mais quand je sortirai, je travaillerai », je dis « Ah oui, mais vous allez faire quoi ? Vous avez déjà quelqu'un, vous avez déjà un contact, parce que c'est pas si facile quand même de trouver du travail. » Et donc, j'essaie de voir quelles sont ces ressources aussi parce qu'il y en a qui en ont et de comprendre un peu pourquoi est-ce qu'ils s'imaginent ça. Alors après, je veux pas non plus casser toutes leurs... Tous leurs espoirs, mais j'essaie quand même de relativiser en disant que ça sera pas si facile et que s'ils sortent et qu'il faut une demande de CPAS, à partir du moment où ils vont au CPAS, le CPAS a encore 30 jours pour rendre une réponse. Donc, durant ces 30 jours-là, il y aura pas l'argent qui va rentrer. Donc, et que les CPAS ont énormément de retard et énormément de demandes, donc, il faut pas toujours pouvoir compter là-dessus.

P : Ouais, beaucoup l'entourage, les contacts... effectivement, à voir même quand même, il y en a certains, ils ont... Bah, des boulots quand même où, je sais pas, souvent le patron connaît un peu ce genre de situation et c'est quand tu reviens, tu peux retravailler et ça se fait et ça va. Ouais, des contacts et des ressources sociales... C'est ça qui fait beaucoup.

A : Surtout dans les métiers comme le bâtiment, chauffagiste et tout ça, ils en ont tellement besoin que ça, c'est assez facile de retrouver, mais pour des jeunes qui n'ont pas encore travaillé et qui ont très peu de bagage en termes de formation, ça, c'est compliqué. Souvent, ils se réorientent justement à faire une formation avant de commencer à travailler. Mais pour ça, il faut pouvoir avoir la famille... parce que quand tu fais une formation, tu gagnes pas d'argent.

P : Oui, et qui ont... Je pense à ça, j'en ai un qui a 25 ans qui a famille, toute sa famille connaît le système carcéral, etc., les frères en prison, le père en prison, etc. Il a arrêté l'école à 14 ans, il n'a pas son CESS ni rien et en fait, il n'a jamais travaillé parce qu'il a directement commencé à rentrer dans le trafic et dans les stup', etc. Donc là, il veut sortir de là, super, vous bossez là, etc. Mais il y a vraiment ce côté où, même moi, quand il me dit « Je veux travailler » et que je lui dis « Vous voulez faire quoi ? », il est là « Oh je sais pas, j'ai besoin justement de réfléchir à ça. » Moi, je me dis waouh, putain, quoi. Enfin, tu n'as jamais bossé de ta vie, tu n'as aucune qualification de fond du tout, tu sais à peine écrire correctement, à peine lire correctement, de fait, tu vas faire quoi ? Il faut accompagner ça, c'est pas évident, quoi. De pas les casser et en même temps de rendre le truc réaliste, quoi...

I : Ben du coup, pour se pencher un peu plus sur la stigmatisation, ben oui, de votre expérience, qu'est-ce que vous vous diriez, c'est quoi les domaines où ça se remarque le plus ou en tout cas, où ils y sont plus confrontés, comment ça les affecte, etc. Enfin, c'est quoi leur expérience avec ça ?

A : Ben, pour moi, c'est le travail, il y a un gros trou dans le CV, qu'est-ce qu'on explique, ça c'est souvent ça...

I : Ils ne sont même pas pris au travail ou alors, ils vont travailler et ils sont stigmatisés ?

A : Non, il y en a qui, ils sont déjà honteux de dire comment est-ce que j'ose présenter un CV avec un trou de quelques années au milieu, en disant ils ne m'accepteront jamais. Mais après, ce n'est pas forcément lié à la détention, mais aussi au niveau du logement. En général, il faut une garantie locative et quand c'est une garantie locative qui est issue du CPAS ou du fonds du logement maintenant, les propriétaires sont très, très réticents, surtout quand c'est toujours le logement privé et aussi pareil, on demande en général des fiches de paye et les fiches de paye, c'est soit des revenus du CPAS ou de la mutuelle ou des choses comme ça. Et ça, souvent, ça ne passe pas. Ils ne prennent pas. Du coup, ils préfèrent prendre des gens

qui ont des vraies fiches de salaire. Ça, c'est le côté stigmatisant social qu'il y a de manière générale. Mais sinon, je ne vois pas... Toi, tu vois ?

P : Oui, je pensais à... Bah beaucoup de stigmatisation quand même liée aux origines. Ça, c'est quand même un peu le sujet très touchy de la prison, c'est que c'est à 99% des personnes issues de l'immigration et racisées. Après, en crimino, est-ce que c'est le système pénal qui est raciste ? Est-ce que les noirs et les arabes commettent plus de crimes ? Je fais exprès de poser la question hein. Mais du coup, tu sens qu'il y en a qui, de toute cette stigmatisation-là, parce qu'il y a aussi des rapports de force vachement violents avec les agents, il y a des analyses socioculturelles à faire en prison qui sont...

C'est tellement flagrant mais donc, cette stigmatisation du mauvais arabe, de l'arabe en prison, il y a tout ça. Et du coup, moi, je trouve, d'un point de vue psy, je vois beaucoup, même ceux qui, du coup, s'identifient totalement à ce stigmatelà et en fait, restent dedans parce que leur histoire de vie, parce que leur histoire familiale, parce que toute leur socialisation, le quartier, la famille, toute leur socialisation à eux s'est construite dans la figure du délinquant et donc, en fait, ils ne veulent pas la lâcher. Quelque part, c'est leur construction, c'est leur identité. Et donc ça, ça part beaucoup du stigmatelà de base. De toute façon, moi, je suis comme ça. Oui, bien avant la prison... Et donc, et il y a même, parfois, c'est rare, mais le côté... Presque, il y a des milieux où c'est presque, quand même, le passage obligé. C'est le rite de passage. Il fallait même que je... Il fallait que je sois là et je suis là. C'est bien. Vraiment, ça existe, ça. Du coup, oui, quand ils sortent, ça reste là...

A : Surtout dans les quartiers comme le Peterbos.

P : Oui, à fond. Faut avoir fait de la prison pour se faire respecter quoi !

A : Ça ou aussi, comment ça s'appelle, la place qui est près de Saint-Gilles là... Je ne sais plus, mais là aussi... En fait, j'ai certains détenus et ils viennent tous du même quartier. Et je me dis « Waouh ! »

P : Oui, oui, oui. C'est par quartier, à fond, à fond. Et si tu viens de là-bas et qu'en plus, tu veux rester là-bas, c'est... C'est stylé, là, en fait, la prison. C'est respecté et c'est un chemin, entre guillemets, logique. Et de répondre aux stigmates, en fait, du coup. De vraiment coller aux stigmates. De l'incarner.

I : Oui, c'est ça. C'est une construction identitaire assez forte ?

A : Tout à fait. Et pour l'après-prison... après, je ne suis pas dans leur vie tout le temps non plus, mais je ne sais pas s'ils ont trop ça.

P : Oui, dans l'après, je ne sais pas. Parce que... après, aussi, il y a tout le côté où on les perd, en fait, quand ils sortent... Peut-être au moment des marches sociales, mais moi, il y en a plein qui sortent, ils ne viennent plus. Enfin, s'ils ne doivent plus rendre compte à personne... Même s'ils me disent que c'était super de discuter avec vous, s'ils ont le temps de faire autre chose, ils vont faire autre chose.

A : C'est marrant parce que moi, il y en a déjà quelques-uns, pas beaucoup mais genre deux ou trois qui m'ont dit que c'était la honte de rentrer dans les bureaux ici. Il y a marqué « Services d'Aide aux Justiciables » en super grand. Et donc, en fait, il y en a, ils rentrent vite et quand ils ressortent, ils changent vite le trottoir pour ne pas montrer qu'ils sont rentrés dans ce service-ci. Mais il y en a d'autres, ils n'en ont rien à faire.

P : Oui, puis aller chez la psy...

A : Il y a marqué « Aide Sociale aux Justiciables » en super grand et il y en a beaucoup aussi pour qui, aller chez le psy, c'est parce que tu es fou, et ils vont très bien et...

P : Oui, ça, c'est dur. Ça, je dois tout le temps reprendre avec eux. « Est-ce que je suis fou, Madame ? », « Je ne sais pas. On va reprendre le travail ensemble ». C'est normal. Et puis aussi, nous distinguer. Moi, le, enfin, tout le temps, tout le temps, assistante sociale, psychologue, ils ne savent pas c'est quoi la différence. Ils me demandent des démarches, ils me demandent des trucs. Tout le temps...

I : Et au niveau de leur, je ne sais pas, je vais dire, l'estime de soi ou comment ils se... Donc, on a un peu parlé du fait d'incarner le stigmaté. Et vous parliez tantôt de la famille, je trouvais ça intéressant aussi. Je ne sais pas comment... Donc, la famille, c'est sûrement, enfin, c'est un gros facteur de protection. Et je ne sais pas si vous notez les gens qui sont plus isolés et par rapport aux gens qui sont entourés, l'estime de soi ou comment ils s'identifient eux-mêmes ? Est-ce que ça influence beaucoup ?

P : Il y a beaucoup, beaucoup quand même par rapport à l'entourage. Je pense à ça, au niveau de l'estime de soi. Il y a beaucoup de honte quand même aussi, beaucoup. Le côté, je ne veux pas que ma famille vienne, je ne veux pas que ma mère vienne. Et moi, quand j'interroge pourquoi, c'est parce qu'une femme, enfin surtout parce que ma mère, parce que c'est quand même le symbole de la mère, souvent pourtant, ma mère n'a rien à faire en prison et je ne veux pas qu'elle rentre en prison, même en visite pour me voir. Beaucoup, beaucoup de honte...

A : Et aussi parce qu'ils veulent pas que les autres familles, les autres détenus rencontrent les familles. Par exemple, ils disent, je ne veux pas que ma mère vienne ici parce que je ne veux pas qu'elle rencontre les femmes d'autres détenus et qu'on dise des trucs sur moi. Parce que ça parle très, très vite. C'est vite...

P : Oui, il y a même parfois des pressions un peu. La mère peut ramener du shit et du coup, ça parle un peu comme ça. Mais du coup, il y a quand même un côté l'estime de soi qui est cassée à ce niveau là. Puis il y en a, comme on a dit, qui incarnent beaucoup la figure justement du délinquant et du coup, tu sens qu'ils sont même... Et aussi tous ceux qui s'inscrivent un peu plus dans des pathologies qui sont vraiment dans des conditions antisociales ou qui ont des figures un peu plus sociopathes ou de psychopathes. Là, il y a pas trop de problématiques d'estime de soi. Mais sinon, oui, ceux qui sont isolés, le problème de langue aussi où tu sens... Parfois, t'as l'impression d'avoir certains hommes d'un certain âge, une quarantaine, cinquantaine d'années, t'as l'impression d'avoir un gamin de 12 ans devant toi qui est comme ça. Là, tout est cassé quoi...

A : Et au niveau des femmes, parce que moi, j'ai quand même des suivis féminins parce qu'on parle beaucoup des hommes là... Au niveau de l'estime de soi, là, c'est vraiment compliqué parce que c'est principalement toutes des femmes qui ont des enfants et qui ont eu un parcours depuis toutes jeunes hyper compliqué et le fait d'être en prison et de ne plus assumer ce rôle de maman, c'est difficile. C'est vraiment difficile pour elles. Et même au niveau de la dignité humaine, celles qui n'ont pas beaucoup d'argent, elles n'ont pas la possibilité d'avoir du maquillage, d'avoir du vernis, de pouvoir se couper les cheveux. Et donc ça, je vois quand même vraiment la différence entre celles qui s'occupent d'elles physiquement et celles pour qui il y a complètement du laisser aller.

J'ai une dame, là, elle n'a plus aucune dents, et j'ai déjà prévu des rendez-vous avec le dentiste alors qu'elle n'est pas si vieille que ça. Elle est née en 85, donc elle a 40 ans, ce n'est pas très,

très vieux, mais elle n'a plus aucune dent. Et quand je lui dis oui, ce serait bien que vous allez y revoir le dentiste, pour elle, c'est le dernier truc à faire, elle a d'autres choses plus importantes. Alors que, déjà, esthétiquement, je trouve que ne pas avoir de dentiste, ça change un visage quoi, mais même au niveau de son estomac, etc., elle mange, elle avale des aliments entiers, c'est pas très bon, et voilà, ça reste... C'est quelque chose pour qui, enfin, voilà, pas important, quoi, pour elle.

M : Mais du coup, le rapport à la féminité est difficile. Là, de l'autre côté, comme la prison, en fait, c'est le paroxysme du masculin, il y a moins de ce truc, ou alors, justement, des masculinités problématiques, il faut travailler ça, mais ça, ils sont trop dedans. J'avais vu, je sais plus comment elle s'appelle, je pourrais trouver le nom, une dame, une criminologue, je pense, Nederlandt Olivia, voilà, qui avait fait tout un... où elle expliquait qu'en fait, les prisons, elles sont pas pensées pour les femmes. Là, Haren, c'est la seule prison où il y a une section femme qui est prévue pour elles, mais elle est construite exactement de la même manière que les hommes, mais toutes les autres prisons, comme par exemple Mons, Berkendael aussi, c'était la seule prison pour femmes, mais Mons, on les a rajoutées à une prison d'homme de base, où... et au final, quand tu vois, c'était assez marquant, elle avait mis sur toute la carte de la Belgique les endroits où il y avait des femmes, et en fait, il y en a pas tant que ça... Donc rien que pour les familles, j'imagine que t'es à, je sais pas, tu viens de Nivelles, t'es en prison et tu es incarcéré soit à Bruxelles, soit à Mons, soit à Lantin quoi. Mais ça fait loin ! Et rien n'est, je sais plus les exemples concrets qu'elle avait expliqués, mais rien n'est pensé...

A : Ben y a l'exemple de la douche. Quand elles ont eu coup, parce qu'elles veulent avoir leur enfant, enfin il y a plein de conditions, mais moi j'en ai une qui a accouché, qui a eu son petit bébé, et c'est, ce sont des douches, des pommeaux de douche, un nouveau né ça prend un bain... Comment dans une espèce de douche qui ressemble à une vieille douche d'un vieil Ibis, tu laves ton bébé, tu fais quoi, tu le mets près du pommeau ? Et donc ça...

En plus, il y a même pas de pommeau, c'est un truc qui ressort directement du plafond, et donc quand elles sont arrivées à Haren, ben en fait, ça fait un jet directement hyper éparpillé, et donc, elles expliquaient que c'était très difficile de se rincer les cheveux pour celles qui avaient une grosse masse capillaire, et donc en fait, elles ont fabriqué en mettant une chaussette autour du pommeau, enfin de l'espèce de... c'est pas un pommeau, c'est un... je sais pas comment expliquer, un petit trou où l'eau sort, quoi, comme un petit robinet, en fait,

et en gros, pour que l'eau soit rassemblée et que ça puisse être plus facile pour se rincer les cheveux. C'est des détails, mais c'est vrai que...

P : Il y a plein d'exemples comme ça, et elles, c'est leur quotidien, quoi...

A : Ouais. Par exemple, même tout ce qui est...Lorsqu'elles ont leurs règles, ben déjà, elles doivent acheter tout ce qui est tampons, serviettes hygiéniques, mais il y a pas la possibilité d'avoir des culottes de règles ou des cups. Ben ça, ça n'existe pas, quoi. C'est même pas achetable.

I : Hein oui ça les met un peu à mal dans leur intimité... Okay, hum... Je regarde un peu. Oui, dans les exemples des situations concrètes où la stigmatisation a freiné leur réinsertion, vous parliez donc principalement des emplois et des logements, c'est ce que vous voyez le plus souvent ?

A : Ben oui, après, on n'est pas dans leur vie H4 non plus, mais je pense que c'est ça qui doit... qui remonte.

I : Ok. Et au niveau, oui, du... Ben du... Mais donc ça, comme on a dit, c'est depuis un peu toute leur vie, malheureusement pour la plupart, mais ce... comment ils vivent avec ce... ben ce rejet de la société qui, pour beaucoup, date quand même déjà d'avant la prison, finalement, vu que c'est quand même souvent des populations marginalisées ?

P : Très précarisées, oui. Précarisées, oui. Hum...

I : Est-ce que c'est des choses avec lesquelles vous abordez avec eux ou c'est pas... ils ont pas spécialement envie d'en parler ou bien ils...

P : Ouais, moi souvent, je crois justement parce que comme je refais du coup beaucoup l'histoire de vie, toute l'anamnèse, etc. Ben il y en a où en fait, effectivement, c'est... ils sont tellement nés là-dedans, ils ont tellement grandi là-dedans que c'est un peu le côté, c'est la trajectoire classique mais du coup, il n'y a pas vraiment de rapport stigmatisant parce que souvent des situations de vie où la société est tellement violente pour eux, parce qu'elle... enfin parce qu'elle l'est, et justement, on leur renvoie tout le temps des choses négatives qu'à aucun moment, en fait, il n'a envie de coller à cette société. Et donc, c'est justement, on va coller à l'anti-société et on va coller à la figure de... de... de... comment on pourrait dire... de violer le contrat social, quoi. Parce que le contrat social, il n'est pas fait pour nous de toute

façon et nous, on nous met des baffes dans la gueule tout le temps donc on va... on va répondre... on va répondre aussi, quoi.

I : C'est aussi une forme de colère comme vous parliez...

P : Oui, énormément. Oui, énormément. Et donc ça, ça fait qu'ils sont justement assez ancrés là-dedans et donc il n'y a pas... Et puis, oui, il y a de l'autre côté quand même aussi, évidemment...

I : Et donc, vous diriez beaucoup de colère et aussi le fait qu'ils acceptent, entre guillemets, cette étiquette et qu'ils...

P : Oui, il y en a beaucoup. Et il y en a qui m'ont... Moi, j'aime bien les suivis comme ça de gens qui sont justement qui sont clairvoyants là-dessus et où, du coup... Même souvent, moi, en tant que psy, il y a toujours ce truc où on croit que je donne des conseils à mon métier mais souvent, c'est ça que les gens pensent et c'est du coup « Comment je vais faire Madame pour sortir de là, j'en ai marre... » Il y a quand même un ras-le-bol parce qu'en fait, c'est une vie qui est tellement coûteuse pour... Même dans un sens, je pense à ça, mais tous ceux qui sont là pour des trucs de stup' et qui vont dealer ... Et en fait, ils n'ont pas d'argent. Ils sont pauvres. Enfin, tu vois, il n'y a pas... et tu penses que tu te fais de l'argent mais tu ne te fais pas de l'argent. Donc, c'est une vie qui est quand même, qui est épuisante et donc, il y en a quand même qui arrivent à ce point de « Je suis fatiguée et j'aimerais vraiment bien sortir de là, comment je fais ? » Et on essaie de travailler ça ensemble mais après...

A : C'est une fatigue parce que c'est des tracas non-stop qui sont un peu sous-jacents dans leur tête d'avoir des... Il faut commencer dans la vie avec je ne sais pas 60 000 euros à rembourser de frais de justice. En n'ayant rien du tout, c'est déjà compliqué quoi. Et puis, c'est un stress permanent de est-ce que je vais avoir une saisie sur mon compte ? Est-ce que je vais avoir des huissiers qui vont venir ? Est-ce que... Les dettes, ça c'est le... Enfin, je ne connais pas un qui reçoit de prise en soins de dette quoi. Ils en ont tous. Tous, tous, tous, tous. Et... Pas des petits trucs quoi. J'en ai un là, il a 110 000 euros à rembourser. Mais comment tu veux enfin...

P : Oui, Oui, et puis marre de la violence, la fatigue de la violence, comme on parlait du côté des quartiers, etc. C'est des mecs où... Enfin, il y en a, pas tous évidemment, mais... Leur soirée entière, c'est souvent des histoires de bande, c'est des histoires de bagarres, c'est des...

Enfin, moi je me suis déjà dit, moi je sors boire un verre avec des copines, il y en a, ils sortent et c'est à tout moment, on croise le groupe opposé et du coup, on se bat. C'est épuisant quoi. Enfin, il y en a qui se complaisent hyper fort là-dedans, il y a une jouissance énorme là-dedans, mais il y en a, ils sont fatigués un peu de tout ça, de donner des coups et d'en prendre tout le temps.

A : J'avais vu, j'avais été à une formation sur la masculinité en prison et... Où en fait, ils se rendaient compte que les hommes, quand on leur demandait dans quelles émotions ils se sentaient, c'était quasi que la colère. Aucun va reconnaître avoir peur, par exemple, parce que c'est pas quelque chose que... Un homme n'a pas peur, un homme ne pleure pas. Voilà. Et donc... Devant les autres hommes, parce que devant nous, ils s'ouvrent un peu plus.... Mais... Mais non, mais c'est quand même quelque chose de questionnant parce que je pense que ça fait aussi partie d'une éducation qu'ils ont reçue où ben... T'es un garçon, tu dois pas pleurer. Et donc en fait, ils ont fait, c'était en Flandre, un programme de masculinité en prison où... ils permettaient aux hommes de pouvoir un peu plus mettre le doigt sur des émotions parce que pour eux, tout représentait la colère.

Et... Et aussi, des petits exemples. Par exemple, ils avaient dessiné un terrain de foot parce que c'est quelque chose que majoritairement les gens connaissent. Et puis après, ils avaient dû désigner, ben par exemple, le gardien "qui, dans ta vie, tu mettrais comme gardien ?" Le gardien de ton équipe. Puis là, ben ça va être par exemple mon papa. Et puis OK, ben maintenant, tu dois choisir des défenseurs. Qui seraient tes défenseurs ? Ah ben, ça serait plutôt mon frère et mes amis et machin. OK, qui est ton coach ? Qui est ton coach de vie qui va t'épauler, qui va te conseiller, etc. Ah ben, c'est de nouveau mon papa. Et on pouvait mettre plusieurs fois la même personne. Il y en a qui se retrouvaient avec une équipe formidable, hyper complète, etc. Donc là, tu vois qu'au niveau des relations sociales, ils ont un bagage. Et puis, t'en as pour qui ils ont mis leur maman partout. Et donc, tu te dis "okay, le gars, il a pas full ressources. Il a pas confiance en beaucoup de gens." Et ça, c'est très parlant. Alors eux-mêmes, quand ils le voient, ils se disent "okay, en fait, je peux compter sur pas grand monde, quoi, en fait." Et donc, ça, je trouvais que c'était une image assez impressionnante et je ne savais pas pourquoi je venais avec ça...

P : Ouais, mais rapport à la colère, le manque de confiance, confiance en personne, etc. Puis, ça se retourne aussi, il y en a quand même aussi pas mal à la prison. Ça entraîne des pathologies. Tu sors de là, t'es parano. Il y en a beaucoup qui sortent de là et ils se disent

« Ah non, mais moi, je vois ici, il y a des caméras dans votre bureau, votre GSM, ils m'écoutent », plein de trucs comme ça. Et c'est la prison qui a créé, enfin, qui a en tout cas, qui n'a pas créé, mais qui a sûrement fait développer un terrain qui était déjà fertile.

A : Ou même la violence. Moi, j'ai un monsieur adorable. Vraiment, il est adorable. Il est sorti depuis 7 ans. Je le suis toujours encore maintenant, mais plus ponctuellement. Lui, c'est un exemple magnifique de la réinsertion. Il a la garde entière de son fils. Il travaille. Il a un appartement. Il se débrouille très, très bien. Mais, à la moindre contrariété, il peut très vite s'énervé et mal parler aux gens, en fait. Alors qu'avec moi, il a toujours été hyper adorable. Et puis, en fait, je l'ai déjà vu. Je l'ai accompagné un jour à la commune pour récupérer un papier, et puis, en fait, il s'est mal exprimé sur ce qu'il voulait exactement à la commune. On l'a un peu remballé en mode « Oui, oui, c'est ça, tais-toi. » Et il s'est très vite énervé et je lui ai dit « Mais pourquoi est-ce que vous vous énervez ? Si vous réexpliquez la chose peut-être calmement. » Et alors, du coup, moi, j'étais intervenue. Donc, j'avais réexpliqué. Et alors, il me dit « Vous voyez, avec vous, ça marche tout le temps. » Je dis « Mais parce que moi, je ne crie pas sur les gens. » Et je dis, forcément, je dis « Et la personne, certes, a été très désagréable avec vous, mais si vous, vous montez d'un étage à chaque fois... » et il dit « Oui, mais ça, tu vois, c'est la prison, ça, c'est la prison. J'étais pas comme ça avant, quoi. » Ils apprennent à devenir des bombes à retardement et des colériques et des gens très agressifs.

I : Il y a aussi, parce que quand il y a des maladies psychologiques, il y a aussi beaucoup de maladies somatiques. aussi avec la fatigue perpétuelle, le stress perpétuel, ça les affaiblit physiquement.

P : Oui, oui, il y en a énormément qui sont complètement cassés de troubles du sommeil, plus, plus. Il y en a beaucoup qui dorment très très mal...

A : Il y en a qui perdent énormément de poids...

P : Des maladies, aussi énormément de douleurs parce que les lits, c'est vraiment un délire. Des douleurs de dos, des épaules, de l'eczéma, de tout ça. Du coup, c'est tout ce qui est médication... Et drogue ! Là-bas, tu consommes pour tes douleurs et pour aussi t'anesthésier du fait d'être là.

A : Passer le temps.

P : Passer le temps, ça aussi.

A : T'aider à dormir aussi. Il y a beaucoup qui consomment pour dormir.

I : Oui, on en a déjà un peu parlé avec le soutien social, mais est-ce que vous pouvez penser à d'autres leviers qui les aident à favoriser leur réinsertion, à surmonter tous les obstacles que la société peut leur mettre dans les pattes ?

P : Moi, je trouve qu'il y a quand même aussi, il y a le volet social et tout ce qui est les ressources. Et puis, il y a aussi, les ressources internes hein, ceux qui ont des terrains avec des personnalités un peu plus encreées ou des choses comme ça. Et je pensais aussi, même d'un point de vue pratico-pratique, moi, ceux qui ont un bon plan de reclassement, justement, qui ont... je ne veux pas plus de facilité, mais qui capent les choses... Il y en a, ils tiennent leur dossier... Ils tiennent bien leur dossier. Ils savent quel papier fait quoi, quelle attestation, machin. Et eux, du coup, en tout cas, moi, j'ai un peu plus foi et confiance en leur facilité, mais leur capacité de réinsertion après.

A : Après, en termes de ressources, principalement, la famille, comme on l'a dit, les amis, puis des services comme les nôtres qui gravitent autour des prisons. Nous, on a un service généraliste, mais il y a des services plus spécifiques comme l'ASBL Après qui fait vraiment uniquement tout ce qui est de la réinsertion professionnelle. Unago aussi qui est une société de recrutement. Mine de rien, les CPAS, il y en a avec qui ils s'entendent bien avec leur assistance sociale du CPAS.

Mais malheureusement, ça reste des ressources, je trouve, bancales, parce qu'il y a un turnover dans le personnel. Et je le répète, mais les politiques actuelles, le monde associatif, il est en train de dégringoler. Surtout à Bruxelles, il n'y a toujours pas de gouvernement, il y a des postes qui s'effacent, il y a des postes qui sont incertains. Et donc, c'est de plus en plus compliqué de pouvoir se connecter à... Parce que je trouve que les associations, outre que les associations d'aide, comme ici, il y a des lieux de lien qui, je pense, sont hyper intéressants pour les gens qui, justement, sont en perte. Il y a aussi des associations comme des maisons de quartier, ou plus aussi des trucs d'appartenance plutôt communautaire en fonction d'une origine. Ben ça, je trouve ça hyper précieux pour eux.

J'ai un monsieur là qui est palestinien, il parle uniquement arabe, il ne parle pas du tout français et il arrive à, entre guillemets, survivre en Belgique grâce à d'autres palestiniens qui

l'aident et qui l'accompagnent. Moi, je l'aide comme je peux, mais avec un traducteur sur un téléphone, c'est pas toujours évident non plus...

P : Oui, ça aide tout ce qui est communauté. Comme il y a quand même beaucoup ça à Bruxelles. Très multiculturel, donc ça, ça les aide. Il y a certains endroits où ils se connaissent entre eux, donc ils s'aident pour les traductions, ils s'aident pour... Et oui, il y a tout ce que tu dis, toutes les assos, les centres de jour, les centres, tout ça, il y a beaucoup, c'est aussi ça leur ressource en fait. Quand ils sentent qu'ils flambent un peu, ils vont au centre de jour, ils vont parler avec quelqu'un là-bas et ça empêche de peut-être de retomber...

A : Heureusement, Bruxelles a encore énormément d'associations. C'est en train de se casser la gueule, mais il y en a encore beaucoup. Et alors, on n'a pas beaucoup parlé de Saint-Gilles, mais la population de Saint-Gilles, c'est cata pour le moment, c'est quasi que des personnes sans papiers. Et donc ça, pour nous, c'est extrêmement compliqué au niveau de l'aide parce que déjà, il y en a beaucoup qui ne parlent pas français et en plus de ça, ils ont très peu de droits à part juste attendre leur libération définitive. On ne sait rien mettre en place. Et donc ça, c'est très très dur et en fait, on a remarqué ces derniers mois qu'on avait de moins en moins de demandes depuis la prison de Saint-Gilles, mais je pense sincèrement que c'est parce que c'est des gens qui ne savent même pas faire la demande.

Et donc ça, c'est difficile et le directeur qui est Vincent Spronck et franchement, je le trouve extraordinaire, il essaye de mettre des choses en place, il essaye de proposer même des groupes de parole, des choses comme ça pour essayer que les détenus puissent avoir un peu des activités. Mais il n'y a zéro activité à Saint-Gilles, rien du tout. Et là, ils sont 533 pour le moment et 520 places. Donc il y a encore, c'est de nouveau trop quoi...

I : Moi, je pense que j'ai abordé tout ce que je pouvais aborder. Je ne sais pas si vous avez un truc que vous auriez voulu discuter ou que ça vous semble un petit message à dire qui vous vient. Ce n'est pas obligé, c'est juste si...

A : Non, moi, peut-être la seule chose sur laquelle on n'a pas beaucoup discuté, c'est, je trouve, qui est difficile aussi, c'est la formation des agents. C'est des gens... C'est des gens qui sont H24 avec les détenus et qui ne sont pas du tout adaptés. Il y a... Allez, sur... En termes de pourcentage, je dirais qu'il y a peut-être 20% de chouettes qui ont un peu cet aspect social et ce côté... Je suis là quand même un peu pour les aider. Le reste, c'est... Déjà, il faut

écouter ce qu'ils pensent des détenus, c'est « Ils méritent d'être là, ils n'ont pas le droit d'avoir un moindre confort », et on les prend pour des chiens, quoi. Vraiment.

P : C'est vraiment... C'est des combats de coq. Moi, je trouve, en prison, c'est un truc de dingue. Enfin, entre détenus déjà, mais entre détenus et agents parce qu'il y a toutes les dimensions culturelles et raciales qui comptent là-dedans. Et donc, il y a un racisme, mais énorme. Et donc, c'est aussi que vous êtes agent, que vous avez le pouvoir, entre guillemets, sur... sur des Arabes et des Noirs et que vous êtes raciste, c'est violent, quoi. Et du coup, c'est hyper violent. Enfin, du coup, c'est violent pour tout le monde parce que, du coup, tout le monde s'énervé et donc, il y a toujours des violences entre les personnes. Et alors, ils ont des conditions de travail horribles et donc, c'est toujours un peu ce débat-là où il faut prendre évidemment plein de variables, mais...

A : Et oui, c'est vrai que c'est pas un métier facile non plus pour eux parce que, par exemple, moi, je les vois quand ils arrivent, quand il y a le nouveau shift à 14h, ils arrivent à la prison et là, ils savent où est-ce qu'ils sont placés sur leur journée. Donc, ça veut dire que t'arrives au travail, tu sais même pas ce que tu vas faire de ta journée. Est-ce que tu vas être à l'entrée ? Bon, général, c'est quand même toujours les mêmes à l'entrée, mais est-ce que tu vas être au classement ? Donc, c'est-à-dire celui qui surveille quel détenu va à quel endroit de la prison. Lui, il va à la polyclinique. Lui, il va voir son avocat. Lui, il va faire ceci. Ou est-ce que tu es directement au service... Il y en a même qui sont à la distribution des repas. T'en as d'autres qui sont... Enfin, tu changes de poste comme ça tous les jours. Ça doit être trop chiant. Déjà, t'es habituée à un poste pour qu'il soit bien fait et ils sont non-stop en sous-effectif aussi, donc c'est pas facile. Je pense que... Alors, il y en a certains qui en foutent pas une et à qui il faudrait surtout pas leur demander de faire le moindre petit truc en plus. Il y en a d'autres qui accourent dans tous les sens et qui subissent le fait qu'ils soient en sous-effectif et qu'ils sont et le fait que certains ne font pas plus que ce qu'on leur demande.

Et alors, la formation, en gros, tu peux devenir agent même sans avoir ton CESS, je pense. Et t'as une formation de neuf jours. Et puis, on te met directement comme ça avec les détenus. Et alors, je n'ose pas imaginer la formation. À mon avis, ça doit juste être comment maîtriser quelqu'un au sol, machin, mais du psychologique, de comment avoir une conversation avec quelqu'un qui va mal et même de savoir à quoi on sert. Et là, maintenant, ça va bientôt être mis en place, connaître nos services, à quoi on sert. Parce que, quand je disais, oui, il y en a qui pensent qu'ils ne mériteraient pas d'avoir un cours de théâtre, mais est-ce qu'ils savent au

moins à quoi sert ce cours de théâtre ? Est-ce qu'ils savent à quoi sert avoir une association, avoir un psychologue ?

P : Mais ça, j'allais te demander si tu travailles aussi sur le stigmat, mais plus de... Enfin, vraiment, si t'interroges aussi, par exemple, la population sur le rapport aux détenus. Parce que je pense à ça dans le sens où, même moi, quand j'avais commencé dans ce boulot, j'ai eu beaucoup de stigmates de mes amis dans le sens, dans le sens, quoi, tu bosses avec des meurtriers, tu bosses avec des violeurs, tu bosses... Et donc, ça m'est arrivé il n'y a pas longtemps de croiser un ancien détenu en rue qui était avec quelqu'un qui disait, c'est un ancien patient et c'est "quoi ? Et il est dehors, et machin." Et c'est, mec, c'est un gars, c'est juste un gars, c'est un mec qui a vécu son parcours de vie avec X, Y, Z, mais c'est un mec et ça, moi j'ai beaucoup, de par mon boulot, beaucoup de stigmates de mes amis.

A : Alors que, j'ai quand même l'impression de fréquenter des gens qui sont assez ouverts d'esprit mais c'est vrai que pour beaucoup, c'est compliqué d'imaginer qu'on aide le détenu.

P : Moi, oui, c'est ça. Moi, je suis une femme et je suis assez active dans les milieux féministes, etc. Et donc, il y a le côté, t'es féministe et tu bosses avec des violeurs mais en plus, tu bosses avec des violeurs ou des violences conjugales ou des violences envers les femmes et tu les aides. Mon métier, c'est de les aider et c'est vrai que ça, du coup, c'est toute une discussion mais il y a beaucoup de stigmates...

A : Moi, je réponds souvent avec le fait que, quoi qu'il arrive, il n'y a pas de peine de morts en Belgique et donc quoi qu'il arrive ces gens sortiront un jour et donc qu'est ce qu'on préfère qu'ils sortent pire ou qu'on essaye de faire quelque chose pour que ça aille un peu ça aille un peu mieux mais bon...

P : Il y a des fantasmes dingues autour de la figure du meurtrier, la figure du prisonnier...

A : Alors que on va pas se mentir des gens qui sont là pour meurtre il n'y en a pas beaucoup je veux dire ça reste principalement des faits de vol, de stup'. Quand même violence conjugales ça revient de plus en plus.

P : Il y en a de plus en plus avec justement un peu la société qui bouge un tout petit peu à ce niveau là. Il y en a de plus en plus. Tout le fait que la justice est faite pour les femmes, chaque fois qu'on me le dit j'ai du mal quoi...

A : Mais c'est hyper intéressant de voir aussi effectivement ce que les gens pensent et du coup ça montre aussi ce qu'en pensent les politiques. Après c'est qui qui vote pour... pour des politiciens ? Les détenus, ça intéresse personne...

P : Non... Tout le monde veut qu'ils restent là, qu'on les voit pas, mais en même temps quand on apprend qu'ils coûtent cher c'est quoi les emplois et partout. Les raccourcis ça j'ai beaucoup quoi. Justement d'avoir des associations où c'est l'état qui paye et on va aider des gens qui font n'importe quoi. Enfin c'est incompréhensible pour eux quoi... Et comme c'est aussi je trouve la prison c'est assez secret. Quand tu es à l'extérieur je trouve que tu sais vraiment peu de choses, on veut que tu ne saches pas grand chose je trouve et où pourtant c'est un sujet où je trouve que tout le monde a un avis. La peine de mort vous en pensez quoi ? Mais euh tu es pharmacien Jean-Jacques, pourquoi on se pose cette question-là ? Est-ce que Marc Dutroux, il a la télé ? Enfin...

A : Ben encore la semaine passée dans le bus j'étais avec les trucs de 4 et il y avait deux dames, j'avais très envie d'intervenir mais je n'ai rien dit, qui disaient « Marc Dutroux il a tout ce qu'il veut, il a la PlayStation et tout le monde lui écrit des lettres », et moi j'étais là « Oulala, pas du tout. », « Et lui il est bien dans son lit alors qu'il a tué des enfants. » Je suis d'accord avec le fait que ce qu'il a fait est très très mal. Mais...

P : Mais tout est tellement plus complexe, et pourtant tout le monde a un avis sur ce type là, c'est ça qui est fou. C'est souvent du stigmatisme pour venir à ça, je trouve, envers nos métiers, envers les personnes détenues, envers tout ce monde là en fait. Il y a des stigmates de tous les côtés, je me demande d'être détenue et de sortir avec une étiquette qu'on t'a collée... L'étiquette des détenus elle doit pas être, comme on a dit, parfois elle est plus valorisée et parfois...

A : Rien que parfois la tête des gens quand j'ai fait un accompagnement avec une... Déjà en plus c'est un stigmatisme plus plus plus parce que c'est de base un homme qui est en train de devenir une femme et donc physiquement ressemble à une femme mais avec quand même, on voit qu'elle a encore de la barbe. Et qu'elle va déjà faire de la transition en prison, c'est compliqué. Et donc on arrive à la commune pour expliquer, récupérer sa carte d'identité etc. Et alors elle dit « oui mais il faudrait que vous reveniez demain » et je dis « non non, écoutez, madame elle sort de prison et elle a une permission de sortir pour venir faire ça, donc là actuellement elle vit en prison », et là tu vois leur tête, genre « oula ». Et ils se disent mon dieu

mais qu'est-ce qu'elle a fait ? Ils pensent toujours évidemment au pire alors que c'est que c'est quelqu'un de très gentil...

Je sais pas si tu connais la page Instagram Empathy Project ? C'est notre collègue X, une autre X qui l'a créée C'est une page pour vraiment essayer d'illustrer ce que représentent les détenus. Qu'est-ce qu'ils vivent réellement ? Essayer de faire parler au maximum des conditions carcérales et de ce que c'est qu'un détenu. À un moment elle avait... j'aimais bien son poste où elle disait, imagine t'es là dans 9m2 dans une cellule avec quelqu'un qui fume alors que toi tu fumes pas, il parle pas la même langue que toi. Et donc en fait, tu te mettais un peu dans la...

P : Tu te mets 2 secondes dans la peau... Parfois j'ai des discours de détenu où je me dis... Enfin, c'est lunaire quoi

A : C'est déjà pas facile parfois de cohabiter juste avec un ami, alors avec un inconnu dans un tout petit bazar...

M : Toi t'entends quoi ?

I : Moi ? Souvent que c'est ce qu'ils méritent... Les gens ont du mal à avoir de l'empathie.

P : Oui, c'est ça.

A : Voilà, je ne sais pas si toi t'as encore des questions ? Ah oui, tu avais demandé si c'était possible de rencontrer les autres détenus, je ne sais pas si t'as fait une petite affiche ?

I : Oui j'ai fait une petite affiche mais je ne sais pas si...

A : On pourra la mettre dans la salle d'attente si tu veux.

I : C'est moi qui le fais ou je vous la donne et vous ...

A : Tu peux me la donner je vais le faire hein !

I : Merci beaucoup !

A : Avec plaisir !

P : T'es en master 1 ou en master 2 ?

I : Master 2.

P : Tu le rends cette année ton mémoire ?

I : Oui oui.

Annexe 5 : Retranscription entretien 3

I : Intervieweur

A : Assistante sociale

I : Du coup, je ne sais pas si vous préférez que je remette un peu de contexte sur ma...

A : Oui, franchement, oui.

I : Je comprends. Donc, je suis en crimino à l'UCLouvain, et je fais mon mémoire sur les différents impacts que la stigmatisation de la société peut avoir sur le bien-être psychologique des anciens détenus, et pour aller un peu plus loin, leur réinsertion en général.

A : D'accord, oui.

I : Donc, il y a quand même un fort penchant psychologique, enfin, j'aimerais apporter un penchant psychologique dans mon mémoire, mais ce n'est pas du tout... Enfin, je suis là aussi pour écouter votre expérience, ce que vous pouvez observer. Donc, je ne sais pas si vous pourriez commencer par vous présenter et présenter l'ASBL.

A : Oui, bien sûr. Donc, moi, X je suis assistante sociale depuis maintenant 22 ans, ici à la FUNOC. Donc, la FUNOC, c'est un centre de formation pour des personnes qui sont peu qualifiées. Donc, on accueille des personnes ayant maximum le certificat d'enseignement secondaire inférieur, donc troisième, quatrième professionnel. Et il faut bien le dire, la plupart de nos stagiaires sont des gens qui ont le diplôme de primaire, voire parfois pas de diplôme du tout, de 18 à... Voilà, tout au long de leur vie professionnelle, j'ai envie de dire, donc principalement des demandeurs d'emploi et des gens qui sont en CPAS. Et donc, on leur propose des formations qu'on dit préqualifiantes, soit dans des domaines liés à un métier, mais on a tout un volet aussi pour des personnes d'origine étrangère, donc tout ce qui est français, langue étrangère, alphabétisation, remise à niveau. Et donc, le principe, la FUNOC, c'est une vieille boutique qui a bientôt 50 ans et qui... En fait, on est le plus gros centre de formation de la région Wallonne. Donc, on a en moyenne 1 200 stagiaires par an, c'est une boîte où on a 180 membres du personnel, donc c'est vraiment une grosse, grosse boîte et j'y suis arrivée justement à ma troisième année d'assistante sociale, où j'ai voulu faire un stage dans un domaine, dans une structure qui accueillait justement des personnes justiciables. J'avais envie de me confronter à cette difficulté, cette problématique, enfin voilà, ce type de

personnes, je ne sais pas comment on pouvait l'appeler, et donc j'ai débarqué à la FUNOC où justement, on accueille des personnes qui sont ex- et futures ex-détenues. Mais donc j'ai travaillé, j'ai fait mon stage de troisième année, j'ai été engagée dès que j'ai été diplômée et en fait, j'ai pu comme ça travailler vraiment avec un public de justiciables. Petit à petit, avec ma responsable, on a monté un projet qu'on appelait "Passerelle vers la Liberté" à l'époque, qui était un projet justement de travail intra-muros. Donc j'ai donné cours pendant quelques années à des détenus en prison, en vue de travailler justement leur réinsertion.

I : Okay. Et actuellement, vous travaillez aussi, enfin, est-ce qu'il y a un volet de votre travail qui est aussi encore en prison, ou c'est principalement...

A : Ouais, plus en prison, donc en fait, donc c'était un appel à projet, enfin c'était un projet pilote et donc à un moment donné, les choses se sont un peu recentrées, c'est-à-dire qu'il y a des services qui sont subsidiés, financés pour travailler en prison, ce qui n'est pas notre cas. Et donc du coup, on a dû un peu laisser tomber ce volet-là. Cependant, on a développé quand même une certaine expertise de par le travail qu'on a fait là-bas et donc moi maintenant, donc on est une équipe de six assistantes sociales, mais je suis la seule ayant en charge l'accompagnement et le suivi psychosocial des justiciables en formation. Donc ça, ça repose un peu sur moi.

I : Okay, super. Et est-ce que, du coup, c'est quoi votre, si vous deviez décrire le ressenti général que ces gens peuvent vous transmettre ou faire paraître à leur, on va dire à leur sortie, leur état mental, leurs inquiétudes... ?

A : Pour moi, j'analyse ça en mettant vraiment... Pour moi, il y a deux gros types de personnes différentes, c'est-à-dire qu'il y a les lourdes peines. Les lourdes peines, à leur sortie, à mon sens, il y a une espèce d'énorme angoisse, même s'ils n'en ont pas conscience, il y a souvent un méchant traumatisme carcéral quand même, voilà, une sonnette, ils font un bond, le fait d'avoir cours, d'être à plusieurs, ils ne sont finalement pas préparés à ça. Donc il y a quand même pas mal de traumatismes qui sont liés à des lourdes peines, et donc eux, je les sens très, très angoissés, évidemment.

Et puis il y a les petites peines, voire petites peines à répétition, et là, quand on est face à des petits délinquants, on est plutôt sur du « je m'enfoutisme ». Donc je viens me présenter en formation, parce que clairement, si je n'ai pas cette condition qui est cochée, je n'en ressors pas. Et donc là, on sent parfois, je ne généralise pas, il y a des petites peines, où les gens ont

pris conscience parce qu'ils n'ont pas bien vécu leur incarcération, et où ils se disent, plus jamais de ma vie je ne rentre là-bas, mais quand c'est des délinquants qui récidivent, etc., on sent que la formation n'est qu'une case à cocher. Donc là, il y a vraiment deux types de personnalités différentes, je trouve, dans les gens que je reçois.

I : Okay, et est-ce que vous avez l'impression que ce retour dans la société correspond à l'idée, leurs attentes, quand ils étaient encore incarcérés ? Est-ce que vous avez l'impression qu'ils ont conscience de ce qui les attend ou ils ne se retrouvent ... ?

A : Pas du tout ! Alors là, ils ne sont, à mon sens, pas préparés du tout, et sur plein d'aspects. Un aspect financier, ils se disent « Ben oui, je suis à la charge de Madame, je retourne vivre chez moi, il n'y a pas trop de soucis à ce niveau-là. » Quand Madame a vécu sans vous pendant 8 ans, et que vous lui demandez 20 balles pour un paquet de cigarettes, une fois, deux fois, dix fois, à un moment, on sent que ça commence à poser problème. Donc, parfois, ils ont un revenu parce qu'ils ne sont pas pris en charge par Pierre Paul Jacques, ou qu'ils vont vivre seuls, ou qu'ils vont pouvoir avoir la possibilité de récupérer leur droit au chômage, ou faire une démarche auprès du CPAS, c'est très bien. Alors, parfois, ils se disent « Ben oui, mais avec la surveillance électronique, j'ai quand même l'aide de la surveillance électronique », ouais... 97 euros semaine, pas convaincue que ça hein... Et donc là, il y a vraiment un gros problème au niveau de la prise de conscience. « Je suis à la charge de, j'ai 40 ans, je dois demander de l'argent à ma mère, qui a eu la gentillesse de m'accueillir », donc pas facile. Souvent aussi, des prises de conscience, après coup, du cadre familial. « J'étais tout seul en cellule, je me retrouvais avec mes enfants, il y en a trois en bas âge, comme je suis content de les retrouver. » Bon, c'est de courte durée, moi, parfois...

Ou alors, des relations qui se sont créées en prison « Ah, j'ai rencontré madame parce que c'était la sœur d'un des détenus, et donc on s'est mis ensemble », et donc en fait, il n'y a jamais eu de réelle vie ensemble. Et donc, quand il sort, ben, Madame, elle s'attend à ce que monsieur soit à 100% pour elle, 100% avec elle. Et Monsieur, parfois, il a vécu seul pendant pas mal d'années, il a peut-être parfois besoin de sa solitude, besoin de se retrouver lui avec lui et pas lui avec elle. Et donc, ça crée pas mal de conflits. Parfois, il y a une prise de pouvoir aussi de Madame. « T'es en surveillance électronique, tu fais le malin, ben, voilà, je vais te balancer à la police ou je vais m'inventer que j'ai pris une claque, ou je te menace de te mettre dehors », ce qui n'est pas non plus super agréable au niveau dignité.

Donc, pour moi, ils ne sont pas préparés, en tout cas, et c'est d'ailleurs ce que je faisais avec eux à l'époque dans le projet Passerelle vers la Liberté, c'était justement les préparer à ces différents aspects, ce qui les attendait dehors, quoi. Donc, voilà, et parfois, quand c'est des grosses peines, ben, tout a changé. Voilà, Charleroi a changé, les arrêts de bus ont changé, la réalité chômage, voilà... Moi, quand je suis rentré, on pouvait se faire une carrière au chômage. Actuellement, ben, parfois, quand ils sortent, ils récupèrent leurs droits au chômage et puis analysent la situation, ben, non, monsieur, vous y avez déjà pris le droit. Donc, la société continue à avancer et eux, ils restent finalement un peu figés. Ils vont... on va se retrouver avec des personnes qui ont des difficultés, ben, parce qu'ils n'ont pas eu de smartphone, voilà. Des personnes qui n'ont, ben, voilà, quand ils sont rentrés, ils n'avaient pas l'outil informatique, là, ils sortent et on leur demande de faire tout ça par PC. Donc, ouais, non, ils ne sont pas préparés et il y a de réelles angoisses et des angoisses, moi, parfois, que je...

I : Avant leur sortie, vous voulez dire ?

A : Ben, moi, en fait, je les reçois avant leur sortie. Donc, moi, je les reçois, en fait, dans la procédure d'inscription. Ils viennent me rencontrer lors de PS, de congés, etc. Donc, quand ils viennent à ce moment-là, moi, je demande financièrement, au niveau du logement, ben, tout est beau, tout est rose, tout va rouler, tout va fonctionner. Et puis, j'ai envie de dire, une fois qu'ils sortent, ils sont d'un mois et demi en formation, ben, là, vous vous rendez compte que, finalement, ben, ils ont pris conscience que c'était compliqué, que c'était compliqué ça, ça, ça. Et donc, finalement, après leur sortie, mais très rapidement, je trouve, voilà, il y a une prise de conscience et ils n'étaient pas préparés à ça, quoi.

I : Et ça leur fait, c'est la... Qu'est-ce qu'ils ressentent, genre, du désespoir ou de la peur ou un peu... ?

A : Ben, de nouveau, ça dépend un peu du parcours carcéral qu'ils ont eu, des faits qui les ont amenés à, mais certains, je pourrais pratiquement dire « Attention, si ça ne se règle pas vite, ils pourraient fortement y avoir récidive ». Voilà, je pense à l'aspect financier. Je prends une situation que j'ai rencontrée au mois de décembre. Le stagiaire, je le vois bien sous tous rapports, nous on les appelle les stagiaires quand ils sont en formation. Mais donc le détenu, je le vois quand il était incarcéré, bien sous tous rapports, très belle présentation, super emballé d'être en formation, etc. Okay. Il débarque en formation et là, je me rends

compte, ben, quand il était en prison, quand il débarquait ici, il était avec ses vêtements, finalement, les quelques tenues qu'ils ont et donc habillé comme un prince, tout de marque vêtu. Je me dis « Ouais, va falloir gérer ça après, une fois qu'il va sortir ». Et très vite, je me suis rendu compte, quoi, il m'a dit « J'ai craqué, j'ai fait une commande Zalando et donc, je me suis acheté des boxers, je ne sais même plus quelle marque ». Je me suis dit « Ouf, ouais... » Ses besoins, ils sont les mêmes qu'avant qu'il rentre. En fait, il a mis une parenthèse, puisqu'il n'a pas eu accès à ses boxers Ralph Lauren, je n'en sais rien, pendant sa période d'incarcération et il a sous-vécu. Il sort, il assimile ça à j'étais comme ça avant de rentrer, je veux retrouver les mêmes choses avec des moyens sans doute dix fois moindres. Pour lui, il y a eu une bonne relation de confiance qui s'est créée et je lui en ai fait part. Je lui ai dit « Je crains que tu récidives et que tu récidives finalement pour des futilités ». Enfin, ce qui à mes yeux est futile, mais le problème c'est qu'à ses yeux, à lui, ce n'est pas futile.

I : Vous pensez que c'est peut-être un moyen aussi de reconstruire son identité d'avant ?

A : Tout à fait ! La prison peut mettre un coup dans leur identité. D'autant plus qu'il est revenu dans un milieu d'amis qui étaient finalement les amis qu'il avait avant. Donc oui, il doit avoir cette image, il doit retrouver cette identité et lui se retrouver lui-même tel qu'il était avant. J'ai tenté... On a accentué l'accompagnement thérapeutique pour qu'il travaille tout ça et qu'il en parle et qu'il prenne conscience que ça ne faisait pas son identité, mais c'est tout un cheminement. Est-ce qu'il récidivera avant ou pas ? Je ne sais pas. Ça on verra...

I : Au niveau de la stigmatisation que la société peut avoir envers ces personnes-là, dans votre travail, comment vous le ressentez ? Est-ce que dans leurs témoignages, c'est fort présent ? Est-ce que c'est une difficulté ...

A : J'ai envie de dire que c'est fort présent par rapport à un aspect, par rapport à surtout tout ce qui est lié aux conditions. C'est-à-dire que, par exemple, ils reviennent dans un quartier où ils sont connus, le quartier sait que c'est des personnes qui sont justiciables et ils ont plus, ils se sentent plus en danger finalement. "Mon voisin sait que je suis un repris de justice, par conséquent, si je lui demande trois fois de changer sa voiture de place devant chez moi, il risque de me chercher des poux et ça risque d'avoir des conséquences". Ils se sentent plus comme des proies faciles. « Oui, mais tu sais, une conditionnelle, c'est quand même compliqué. » Je lui dis « Non, à partir du moment où vous respectez les conditions », « Oui, mais voilà, je me retrouve contrôlé, le contrôle prend une tournure indésirée où il voit que

je suis ex-justiciable ». Et voilà, ça peut prendre des proportions que bon petit citoyen en ordre sous tout rapport n'imagine même pas.

Donc oui, je pense qu'il y a une stigmatisation, alors parfois qui s'inflige à lui-même, mais après, inévitablement, est-ce que vous voudriez qu'un ex-taulard vienne habiter près de chez vous ? Mais je pense que oui, la société ne voit pas ça d'un bon œil.

La règle ici à la FUNOC, quand ils arrivent en formation, et c'est pour ça que je les vois aussi au préalable, c'est de leur dire quand vous arrivez ici, je tiens à ce que vous ne fassiez pas de publicité sur votre parcours parce que, de nouveau, la grosse peine va rester très discrète sur son parcours judiciaire, ne mettra pas de short en été pour exhiber son super bracelet électronique. Par contre, le petit récidiviste, lui, va le faire malgré qu'il va me dire « Non, je ne suis pas fier ». En formation, il va le dire, il va s'identifier, il va faire le nécessaire pour qu'on l'identifie comme étant justiciable. Le problème, c'est que ça reste un lieu un peu mystique, j'ai envie de dire, et donc qui suscite des curiosités. Très vite, si les gens du groupe apprennent que vous êtes justiciable, vont aller taper votre nom sur Internet, vont avoir parfois le déroulé de toutes vos bêtises. À un moment, oui, ils ne sont pas rejetés dans la classe hein... S'ils ont réussi à instaurer la relation de confiance avant qu'on apprenne qu'ils sont détenus, ça va rouler. Sauf si c'est pour des faits de mœurs, pédophilie, etc. Là, ça ne roule jamais...

En tout cas quand on l'apprend en groupe. Mais en tout cas, il ne faut pas que ça soit avant qu'ils aient pu montrer qui ils étaient réellement. Ça peut créer parfois des problèmes au sein d'un groupe qui peut être le reflet d'une micro société. Donc, on fait ça au niveau macro, il y a une stigmatisation évidente. Moi, lorsque j'oriente et que j'accepte de prendre un détenu, je sais que certains formateurs n'acceptent pas tel ou tel type de faits. Et pourtant, légalement, je n'ai absolument pas le droit normalement de savoir les faits. Et le formateur n'a absolument pas le droit de refuser. La formation est un droit pour tous. Mais je sais et je vais jauger parce que je connais mes collègues. Et donc, je vais jauger pour que ça se passe au mieux et que la personne soit intégrée et qu'elle ait une formation de qualité. Donc voilà, on est le reflet de notre société. J'ai des collègues, fais de meurs, c'est rédibitoire. Il n'y aura pas de possibilité. S'ils apprennent que c'est ça, hors de question. Donc voilà, je me dis pareil, si c'était mon voisin, peut-être que je sais que j'ai deux enfants, mon voisin est pédophile, on ne se dit pas « Youhou, super, on a hérité d'un chouette voisin, on se fera une bonne petite fête des voisins à la période ». Donc oui, il y a une stigmatisation. Ça, c'est une évidence. Et principalement, je pense, par rapport au fait de la méconnaissance. On ne connaît pas et donc on émet des jugements. C'est inévitable.

Et alors, il y a toute une croyance populaire « Dutroux, il a une cellule super classe avec tout. » Et tout le monde donne son avis. Et en fait, c'est faux. Je veux dire, Dutroux, on n'a pas créé la prison autour de lui. Elle a été créée avant. Donc il a une cellule tout à fait ordinaire avec les mêmes métriques. Et donc les gens disent, alors parfois c'est aussi les médias... « Dutroux à Internet ». Bah pas du tout en fait. Dutroux a un PC dans sa cellule. Comme plein d'autres gens quoi. Mais il n'a pas d'accès à Internet. Après, s'il les a, les accès à Internet, c'est de manière illégale. Ce n'est pas qu'on lui a mis un accès à Internet. Donc voilà, c'est aussi toutes ces croyances qui font que...

I : Vous diriez que c'est lesquelles qui ressortent le plus, quand vous en pouvez entendre...?

A : Je dirais la stigmatisation au niveau de tout ce qui est fait de mœurs et de pédophilie. Je crois que la Belgique est marquée à vie, sur base, à mon sens, de tout ce qu'il y a eu au niveau des histoires Dutroux. Je crois qu'on est marqué à vie par rapport à ça. Rien n'est toléré, accepté, acceptable. Et donc oui, il y a une stigmatisation. Et c'est d'ailleurs ça le problème aussi.

D'ailleurs, pour faire une petite parenthèse, à la FUNOC on a fortement travaillé sur... Moi, je suis, par ma fonction, tenue au secret professionnel. Les formateurs ont, de par leur contrat de travail, un devoir de discrétion. Et on a longuement, on s'est penché sur la question, avec ma chef à l'époque, je dis ou je ne dis pas ce qu'ils ont fait, aux formateurs. Alors, il y a deux cas de figure : je ne dis pas et du coup, certains vont consulter internet, d'autres vont imaginer des plans sur la comète où il a fait 10 ans, c'est sûrement qu'il a tué, et donc des raccourcis à la mors-moi le noeud, ou je trahis mon secret professionnel en mettant ça sous la coupe du secret professionnel partagé qui, d'un point de vue légal, est complètement faux, bidon. Mais pour le bien-être tant du formateur, que je vais pouvoir rassurer, que le bien-être du stagiaire qui ne va peut-être pas être... « Je vais observer, je vais regarder ce qu'il fait, s'il a un comportement qui est louche », vous voyez ce que je veux dire. Et on a opté pour, okay, secret professionnel partagé. Et bizarrement, l'effet que ça a eu, c'est que quand on a annoncé au formateur si vous voulez savoir, en vue de vous rassurer, vous pouvez aller vers X, ça a rassuré. Finalement, quasi personne n'est jamais venu me demander. Parce qu'ils se disent, si je sens quelque chose d'un peu spécial, je vais pouvoir lui demander, je me sens déjà rassuré. Donc on doit parfois mettre des choses en place comme ça pour éviter qu'ils ne subissent la double peine, j'ai envie de dire. Parce que concrètement, c'est ça.

Maintenant, je continue à avoir énormément de mal à intégrer une personne ayant commis... Alors, d'effet de mœurs, quand on parle viol sur adulte, bon, ça pourrait potentiellement... La pédophilie, c'est compliqué. C'est fort compliqué, d'autant plus que, de nouveau je ne me base pas sur des faits observés, observables, mais de par mon expérience, on est comme ça, on a une espèce de sensibilité où quand je vois le détenu arriver, les faits de mœurs et pédophilie, ils ont une attitude, ils ont une manière d'être qui est souvent différente. Je me base sur... Souvent déjà, vous ne voyez vraiment pas ça comme des généralités, pas du tout, et je n'ai aucun jugement, mais souvent déjà, c'est des personnes d'origine belge. Bizarrement, tout ce qui est lié au fait de mœurs, il y a très peu de personnes d'origine étrangère. En tout cas, de par ce que j'ai observé, et ça ne vaut que mon avis à moi. Ensuite, ils ont en général, soit un niveau d'éducation très très bon, soit on constate un niveau intellectuel très faible. Donc, ça va être le niveau intellectuel très faible, il a fait des choses, il n'en avait pas conscience, parce que vous remarquez qu'il y a un problème, il y a sans doute un retard mental ou des choses comme ça. Et quand c'est une personne où vous voyez qu'il y a vraiment toute la structure intellectuelle, vous allez vraiment sentir un niveau d'éducation très... On n'est pas dans la petite classe ouvrière, en tout cas pour ceux que je reçois.

Et très honnêtement, alors de nouveau, c'est un droit pour tous, cependant, moi je pense aussi à la sécurité du stagiaire, puisque quand il arrive ici, il n'est plus détenu à mes yeux, il est stagiaire. On est dans une structure centre de Charleroi, où on a la plus grosse structure sur trois centres, mais je veux dire que rien que sur celui-ci, on est à 400-500 stagiaires, dont des détenus. Entre eux, ils se connaissent. Dans 80% des cas, ils se connaissent, et dans 80% des cas, ils savent ce que les uns et les autres ont fait. Et donc, c'est parfois les mettre en danger, parce que le détenu qui est dealer, etc., qui capte qu'il y a un détenu pour qui il y a eu faits de mœurs ou pédophilie, etc., j'ai pas pu... Il y a une espèce de loi du détenu, quoi. Et donc potentiellement "moi je ne veux pas être en cours avec ce mec, c'est un pointeur hors de question", ou alors il va diffuser l'info à d'autres. Et je vous dis, comme on est vraiment marqué au niveau de la Belgique, tout le monde se sent un peu le vengeur de ses enfants à qui vous avez potentiellement fait du mal, et donc risque de mise en danger, de se faire casser la gueule à la sortie, ou des choses comme ça, quoi. Donc ce que je fais, c'est que je tente, quand je les reçois, de les orienter vers des structures décentralisées et souvent plus petites, où finalement ils ont moins de risque d'être vus, reconnus, et qu'il y ait cette petite vengeance. Voilà, ils ont tous une cape de super-héros dans ces cas-là, et j'ai cassé la gueule à un pédophile, et c'est génial, je peux me remettre un truc en plus sur le blason.

Donc voilà, j'essaye parfois de les réorienter, et ensuite, quand j'ai fait état des risques, si le détenu me dit « Je veux m'inscrire », je n'ai aucun droit de refuser son inscription. Donc là, on est très clair. Donc voilà... Et ce que je fais aussi, c'est qu'en leur présence, je vais voir aussi. Je dis « Vous êtes fichés un peu sur Facebook, Internet, machin », et donc je tape leur nom. Et parfois, rien qu'en tapant le nom, tout sort. Nos stagiaires, à partir du moment où ils connaissent un peu les gens du groupe, certains le font pour tous, ils vont vérifier tout le monde sur Facebook, par exemple, ou ils tapent leur nom sur Internet. Il y a des gens qui ont ce réflexe. « Deux jours que je suis en formation, directement j'ai des demandes de copains, parce que directement, on est en classe, on devient des amis pour la vie. Et là, je tape le nom d'un des copains, il n'est pas dessus, je vais le taper sur Internet, et j'ai l'explication des faits ». Parfois, ça peut créer des problèmes...

I : Et comment vous diriez qu'ils intériorisent cette stigmatisation ? S'il y en a qui se font clairement rejeter ou qui se prennent des remarques, quel effet ça a sur leur bien-être ?

A : Je dirais que la réponse leur appartient. De nouveau, je pense que quand on est esseulé, et qu'en plus de ça, on subit cette stigmatisation, c'est beaucoup plus compliqué finalement d'avancer avec ça. Maintenant, quand on a un bon environnement familial, social, je pense que ça passe mieux. Et puis, pour d'autres, c'est aussi le cumul. Finalement, j'ai un logement pas décent, je n'ai pas de thunes, je ne sais pas m'habiller correctement. Je suis déjà un peu écarté de la société par rapport à ça. En plus, je suis ex- détenu. S'il y a du cumul, ça devient dur. S'il n'y a pas une structure autour qui est là pour remonter ces gens-là quoi... Les accompagnements psychologiques qu'ils ont par le biais des conditions, ce ne sont pas toujours les meilleurs accompagnements psychologiques. Ils sont mandatés. Ce n'est pas super qualitatif parfois. Ce sont des gens qui subissent des stigmates depuis toute leur vie, que ce soit l'éducation, les origines. Rares sont les détenus pour qui vous avez un parcours de vie super linéaire, papa-maman ensemble, travailleurs, super équilibrés, on part en vacances tous les ans. C'est assez rare.

Quand c'est le cas, on a à ce moment-là des lourdes peines pour des coups de sang. « J'ai eu une vie tout à fait stable. J'ai retrouvé ma femme au lit avec son amant. Je l'ai tué. » Quand on a des faits plus de vols, plus de braquages. De nouveau, je fais des généralités alors qu'il n'y a pas lieu. Il y en a toujours qui sortent du lot. Mais là, on va voir l'alcoolisme ou la drogue. « J'avais besoin d'argent pour. J'ai commis des délits. Il y a eu une échelle dans la délinquance. Mes parents étaient alcooliques. J'ai été battue. » Il y a des parcours de vie

vraiment dramatiques. Vous vous dites heureusement qu'ils y sont rentrés. Heureusement qu'ils y sont rentrés les mains propres au niveau du sang. Leur parcours de vie ne pouvait les mener qu'à ça. Il y a vraiment des personnalités où c'est ce que je me dis...

I : Plus concrètement, est-ce qu'il y a vraiment des domaines comme trouver un loyer ou un travail où vous voyez qu'ils sont bloqués de par leur parcours ? Ou les trous dans les CV ?

A : Alors, il faut savoir que j'ai toujours revendiqué le fait que être justiciable n'avait finalement aucune différence... Enfin quand on m'a attribué cette casquette Madame Prison, c'est parce que j'avais côtoyé les détenus de par les cours. Ensuite, on m'a dit qu'on allait mettre en place un accompagnement psychosocial, limite systématique pour les justiciables. Et moi depuis 20 ans, je me bats bec et ongle en disant qu'ils n'ont pas plus ou moins de problèmes que d'autres. Ils ont un profil particulier pour certains. Il faut parfois avoir de la poigne, capter parce qu'ils développent des compétences de manipulation exceptionnelles en prison. Ils analysent aussi ! Qui, quand, quoi, comment ? Quand ils sont en face de vous, ils sont dans cette analyse aussi. Ils ont un profil particulier. Ensuite, les problématiques qu'ils rencontrent au quotidien et qu'ils viennent traiter chez moi ne sont pas des problématiques différentes. Sur la région de Charleroi, un stagiaire lambda qui se pointe chez moi en disant qu'il a un problème au niveau du logement et qu'il aimerait s'inscrire dans les logements sociaux, je lui dis qu'il n'est pas prêt quoi... Dans 10 ans, on en reparle. Le détenu n'aura pas plus ou moins de facilité. Il va galérer à trouver un logement au même titre que les autres parce que c'est très compliqué de trouver un logement parce qu'on va lui demander des garanties mais qu'on demande à un non détenu. Une personne qui dépend du CPAS va avoir du mal aussi. Tous les aspects liés à l'aspect social, à mon sens, il n'y a pas de grande différence.

Il y a des différences par rapport à l'aspect financier parce que quand il y a eu forcément tout ce qui est jugement, parcours de justice, il y a des amendes pénales, il y a des frais de justice. Il y a le fait qu'ils récupèrent une adresse et donc ça sonne chez tous les huissiers de la région et du coup le courrier arrive et donc ils se retrouvent parfois dans des situations de surendettement parce qu'en effet pendant X temps ils étaient incarcérés et finalement c'est comme s'ils faisaient les autruches au niveau des dettes qu'ils peuvent avoir. Donc dès qu'ils sortent, tout seul, partout et là oui, là c'est propre à leur situation de détenu parce qu'ils vont se retrouver avec des montants exorbitants. Ils vont se retrouver avec des 30 000 euros de frais de justice qui ne sont pas repris même si vous faites une médiation de dette ou un

règlement collectif de dette quoi... Ça, ça restera. Ils vont se retrouver avec des frais liés à tu n'as pas payé ta pension alimentaire pendant 15 ans mais madame elle est allée les chercher au SECAL. Donc tu sors, t'as une belle tartine. Il y a des détenus, ils ressortent, ils reçoivent une lettre du SECAL ils doivent 60 000 euros. Donc j'avoue que c'est pas très encourageant de se dire bon... En tout cas je pourrais dire après, il y a des gens qui sont surendettés autrement et qui n'ont jamais fait de prison, mais eux c'est des grosses sommes et qui vont les suivre. Pour en sortir un plan de paiement à 50 euros pour des frais de justice à hauteur de 13 000 il y en a pour un bout de temps. Le SECAL si on prend un plan de paiement il y a des frais qui viennent s'ajouter de mois en mois donc on n'en sort jamais. Donc ça je dirais que c'est propre à leur parcours et le fait que pendant X temps ils n'ont pas été présents. Ça c'est sûr. Ça va avoir un impact aussi sur l'aspect professionnel. Comme vous l'avez dit, les trous dans les CV. Parfois on fait vraiment preuve de beaucoup de créativité pour aller rechercher où il est en prison. « Tu n'as jamais rien fait ? », « Si si j'ai travaillé à l'atelier », « Ah bah on va juste pas mentionner que c'était intramuros ». On essaye évidemment de faire preuve de stratégie en disant on ne fait pas des faux mais finalement on oublie de dire certaines choses. « J'ai travaillé comme servant », fort compliqué déjà c'est un mot qu'on n'utilise pas à l'extérieur donc c'est parfois un peu compliqué. Mais voilà, il faut savoir que maintenant des structures voient le jour. Je ne sais pas si vous avez eu vent... Moi je viens d'avoir par X, mon ancienne chef, j'ai eu un service qui prend contact avec des patrons et informe qu'il pourrait orienter des personnes qui sont justiciables qui ont eu un parcours de justice et ça permet comme ça d'éviter qu'on se pose des milliers de questions. UNAGO !

I : Ah oui, oui, je connais.

A : Ah bah, je venais d'apprendre que ça existait par X et donc j'ai envoyé par là quelques stagiaires parce qu'on se rend compte que finalement quand le patron est informé ça facilite quand même grandement les choses... Alors ce qu'il y a de bien aussi à la FUNOC c'est que dans pas mal de structures de formation ils ont des stages en entreprise et ça je leur dis toujours ça c'est l'occasion parce que c'est l'occasion de montrer puisque les stages c'est des périodes relativement courtes où les conventions, on ne nous demande pas de certificat de bonne vie et mœurs. Et je dis dans certaines structures c'est l'occasion de montrer qui vous êtes avant même de devoir peut-être sortir un certificat de bonne vie et mœurs. Et certains patrons quand ils ont vu la qualité professionnelle vous pouvez leur sortir votre certificat de

bonne vie et mœurs, ils s'en foutent finalement parce qu'ils ont vu qui vous étiez dans le travail. C'est pas faisable dans toutes les structures, dans tous les métiers, mais nous on a les métiers du bâtiment il va s'en dire que le patron il s'en fout. Une fois qu'il a vu que vous valiez le coup pendant 6 semaines, si vraiment il vous veut, vous ayez un certificat de bonne vie et mœurs, vierge ou pas vierge, ça passera au-dessus.

Il y a des structures, donc nous on a pas mal de groupes aussi en orientation professionnelle et donc les stagiaires vont parfois dans des magasins en vente, dans une structure pour de la bureautique ou des choses comme ça. Et de nouveau, vous montrez qui vous êtes avant d'avoir cette carte qui va vous handicaper quoi... Donc, c'est sûr que c'est pas un plan d'embauche d'avoir un certificat de bonne vie et mœurs pas vierge. Ça reste un handicap, j'en suis plus que convaincue. Maintenant, je leur dis il y a des façons de dépasser ça aussi, il y a plein de choses qui sont mises en place, des structures avec stage, des possibilités de faire des stages visibles par le Forem, pourquoi pas faire une proposition de bénévolat tout en informant... Enfin, il y a moyen de montrer ce que vous valez outre ce certificat de bonne vie et mœurs. Et parfois, ils me disent dans les agences intérim, on me le demande et je dis ouais, on vous demande parce que l'agence intérim doit pouvoir répondre dans l'ici et maintenant, si l'entreprise lui dit moi je prends mais il faut m'envoyer le certificat de bonne vie et mœurs, elle n'a pas le temps de te contacter, de te dire va à la commune machin et tout.

Donc il faut, en effet, parce que c'est la règle il faut leur donner, mais il ne faut pas se fixer là dessus parce qu'en fait elle ne va pas le soumettre systématiquement à tous ses clients, elle va le donner lorsque c'est demandé et oui, peut-être que tu passeras à côté de ce job là, mais peut-être que dix autres entreprises qu'elle a dans son carnet d'adresse ne le demanderont pas. En fait, ils demandent des documents pour être amenés à répondre dans l'urgence en cas de mais voilà...

Et donc certains ne le donnent pas ou certains disent « On vous l'apportera plus tard » ou certains font de parfaits faux ou que sais-je. Mais oui, ils sont obligés parfois aussi un peu de contrer les choses... Parfois ils mentent dans leur CV pour qu'il n'y ait pas un trou de dix ans et moi je peux comprendre...

I : Parce qu'il faut penser qu'il y a un sentiment de honte peut-être ?

A : Quand même... C'est surtout comment je réponds à la question de telle année où j'étais incarcéré. D'office, c'est humain, on ne peut pas me dire qu'il y a une personne qui va se dire

« Ah oui, d'accord, okay », c'est impossible. Humainement, ça commence à cogiter, à tourner, pourquoi, comment. Alors soit on lui pose la question, soit on la garde en tête mais il aura à peine franchi la porte quand il regardera sur internet. Voilà, c'est humain.

Après bien, pas bien, moi j'ai tendance à dire et je tiens le discours je véhicule le discours auprès de qui veut l'entendre, c'est que parfois certains collègues me disent « Maintenant il est bien tranquille en formation », et je lui dis « Je comprends que tu ne sois pas d'accord avec les faits qu'il a commis je comprends, et c'est légitime, cependant, si tu as envie de prendre une autre casquette dis-toi que le temps qui passera en formation c'est du temps où il n'y a pas de récidive possible voilà, vois ça comme ça, déjà là, tu t'occupes d'une sûreté de l'état » parce que parfois il y en a certains, il faut leur donner du galon pour qu'ils aient l'impression de. Mais voilà, ne pas réinsérer un ex- détenu, c'est augmenter ses risques de récidive, voilà. Donc à un moment, qu'il soit pédophile qu'il soit dealer de drogue peu importe, ne pas lui donner accès à la réinsertion, c'est augmenter son taux de récidive voilà. Moi je suis désolée, tu n'as pas d'argent pour te nourrir, tu étais professionnel du vol avant, bah tu vas recommencer, c'est humain voilà. Donc à un moment donné, je pense que oui travailler, se réinsérer, être de nouveau inclus, avoir une place dans une société, c'est diminuer les risques de récidive ça, moi j'en suis convaincue !

I : Est-ce que vous avez l'impression qu'ils arrivent à avoir un sentiment d'appartenance à la société ou ils ont plus un sentiment d'exclusion ?

A : Je pense que ça se travaille et je crois que c'est un travail parfois de longue haleine et pluridisciplinaire. Je pense qu'il y a vraiment le côté... voilà, le côté familial... ça je suis sûre que la force d'une famille autour du gars, elle joue sur sa capacité à se réinsérer aussi. Mais le fait qu'il y ait un accompagnement psychologique qui va travailler... un accompagnement psychologique de qualité qui va travailler vraiment tout cet aspect... Le fait qu'ils soient en formation qu'ils soient vus, connus comme étant un stagiaire comme tous les autres, fait qu'à un moment donné les angoisses qu'ils avaient en début de formation, elles s'atténuent au fur et à mesure. Ça veut dire que ces angoisses, c'est comme je vous l'ai dit, micro société à l'échelle d'un groupe et après macro société. Ça veut dire qu'il a peur de se retrouver dans une classe où il y a 15 personnes, ça s'atténue parce qu'il se rend compte « Oh tiens, on ne me regarde pas d'un mauvais oeil, finalement j'ai un bon contact avec le formateur », et donc il reprend aussi cette confiance en qui il est et à un moment donné il transpose ça au niveau macro donc « Tout compte fait j'ai été faire mes courses et en effet

j'ai pas l'impression qu'on m'a regardé comme si... » Mais c'est évolutif, ça se travaille hein ! Et ça se travaille sur une plus longue période quand le traumatisme carcéral est plus marqué évidemment.

Il y en a ils reviennent dans leur quartier comme des héros. Donc forcément, ils n'ont pas de difficulté d'identification comme ce soit. Et moi j'ai plus de mal avec eux parce qu'alors on ressent très fort que la formation est un alibi quoi... est une aide et une porte de sortie. Après je suis très claire avec eux quand je les reçois je leur dis toujours... parce que quand ils arrivent ils me disent « Ouais formation n'importe quoi », je dis « Non désolée, quand on rentre en formation, on rentre en formation avec un choix, j'ai bien conscience que si je te dis tricot et macramé tu me dis ouais j'en rêvais depuis que j'étais petit », et là ça me pose un problème parce qu'alors là on ressent... et après je peux comprendre que l'objectif est de sortir de prison. Et donc je leur dis « Écoute, on va être cash, tu intègres une formation qui te correspond quand même un tant soit peu, de toi à moi on sait que l'objectif premier était de sortir de prison et de répondre aux conditions, mais il faut que cette motivation évolue avec le temps, sinon on va vers un échec de formation, c'est évident ».

Et je suis très claire hein ! Je leur dis « Okay, on va répondre à cette condition et on va vous faire intégrer la formation malgré une espèce de manque de motivation, mais à un moment donné il faut que je capte que que t'as accroché, que t'y as trouvé un intérêt, que voilà t'as des collègues et t'as pas que des collègues dans les deux groupes à côté parce qu'il y avait deux taulards et que... non non, ça y est, t'as des collègues, tu recommences à avoir une vie et c'est ça l'intérêt ». Et souvent, très honnêtement, souvent entre la motivation de départ et la fin de la formation, il y a une réelle évolution. Franchement. Sinon, c'est des gens qu'abandonnent avant. C'est des gens qui ne mènent pas la formation jusqu'à leur terme.

I : Je voulais aussi aborder le thème de l'estime de soi. Comment est-ce que vous, de votre ressenti du coup, est-ce que c'est des gens qui ont une grande estime d'eux même ? Est-ce que avant prison après prison, il y a eu une baisse ? Enfin, en général... Je me doute que c'est différent pour tout le monde.

A : Oui, c'est différent pour tout le monde en effet ça dépend aussi de l'estime d'eux même à l'entrée hein... Certains je vous dis les boxers Ralf Laurent, il avait une estime de lui surdimensionnée avant de rentrer qui finalement s'est quand même... À mon sens, de par la privation en prison, il s'est un peu quand même... Enfin, il a appris à gérer un peu les frustrations. Mais voilà il ressort et il a de nouveau ce besoin d'identité. Et cette identité, c'est

je veux être musclé, je veux être bien habillé, je veux être sapé en marques... Est-ce que c'est lié justement à un manque d'estime de lui ou à une surestime de lui je ne sais pas trop. Mais je pense que c'est le parcours justice qui fait que. Quand vous êtes dans un parcours justice, intramuros hein je parle, vraiment la prison, où la la famille était derrière, vous avez pu avoir des cantines, vous avez mangé à votre faim, vous avez été habillé comme vous voulez, vos vêtements sentaient bon, la soupline de maman ou la soupline de Madame, je pense que ça entache moins. C'est moins dur à vivre. Et donc quand c'est moins dur à vivre, oui ça entache moins l'estime d'eux-mêmes.

Quand vous êtes au tabac social que vous devez demander à un agent, et que l'agent, il a envie de vous emmerder donc il ne vient pas répondre à votre porte pendant deux jours, et que du coup vous devez mendier... Voilà, ça prend un coup quoi. Quand vous n'avez rien là-bas, on vous apporte votre plateau vous savez qu'il ne va pas vous suffire mais voilà,, vous n'avez rien... Vous n'avez rien ! Vous arrivez, vous fumez des joints, vous n'avez pas un sou, bah vous allez mendier au départ puis vous allez tenter de faire du trafic. Ce n'est pas très glorieux quoi. Donc je pense que oui, certains parcours de justice font que on en ressort détruit et moins que rien. La dignité en prend un coup. Vous devez frapper à votre porte pour avoir un rouleau de papier toilette, ce n'est pas très glorieux. Je crois que tout est fait en prison pour que vous vous cassez un peu cette dignité que vous pouvez avoir.

Après d'autres s'en sortent mieux parce qu'ils réussissent à contrer. « J'ai de l'argent, j'ai un portable, j'ai ma femme tous les soirs au téléphone, ma cellule c'est grand luxe, j'ai la playstation, j'ai tout ce qu'il me faut machine à café, plaque chauffante ». Ça n'a l'air de rien mais certains ont même un égo qui devient surdimensionné parce qu'ils ont été les Robins des bois de la prison parce qu'ils ont été des petits... Donc ça aussi finalement, ça leur donne un égo... Mais je crois que c'est lié au parcours... Soit au parcours justice, soit à l'avant de nouveau. Il y a des gens qui, par la prison, perdent tout. Tout. « Je travaillais, j'avais une voiture, une maison, une femme, je ressors, je n'ai plus rien. » C'est quand même compliqué quoi. Par contre, il y en a d'autres moi « c'est mon métier quoi... je vais, je viens, je rentre, je ressors » ou d'autres ont été plus intelligents ont commis des méfaits et ont de l'argent pour 3 générations. Ça facilite. Un père de famille qui sait que par le dernier braquage qu'il a fait, il a mis en sécurité sa femme et ses enfants, il le vit vachement moins mal que celui qui retrouve sa femme à devoir galérer parce que la voiture a été saisie, la maison a été revendue en vente publique et qu'elle est dans un logement social.

Donc, c'est vraiment les situations de vie qui font que. Je ne pourrais pas vous dire « Oui, d'office ça vous casse ». Ça serait faux de le dire. Des tas de gens en sortent à peine ébranlés.

Et c'est aussi lié à une force de caractère, certains ont la capacité de hein. Force de caractère, capacité de s'adapter... Il y en a qui sombrent, qui dépriment, qui sont au bout du rouleau... Enfin, l'enfermement, ce n'est pas possible pour tous non plus hein ! Moralement parlant... Tu es peut-être un petit kéké dehors mais quand tu rentres, tu es de nouveau un petit kéké, ils n'osent pas aller au préau. Ça veut dire qu'ils ne voient pas le jour quoi... Parfois c'est hyper troublant et traumatisant aussi. Donc, il n'y a pas de généralité à faire. Chaque profil a sa capacité et est plus entaché qu'un autre. C'est tellement multifactoriel. Il y a trop de choses pour dire il y a un profil type et, en effet, la prison, oui tout est fait pour détruire mais voilà... Certains s'en sortent mieux que d'autres et certains ont des moyens à contourner. Parfois ça dépend de la prison aussi. Je veux dire entre Ittre qui est hyper nickel même si c'est une prison de haute sécurité et Jamioulx où vous dormez avec des cafards qui viennent vous sussurer des mots doux sur votre oreiller, le rat de la section qui passe de temps en temps et qui ressemble à un chat. Bah forcément, le bien-être aussi... Et encore, il y a des prisons, maintenant c'est un peu plus surveillé, mais il y a des prisons où quand les yeux se ferment, il se passe des choses dramatiques. Il y a des agents qui débordent et qui prennent parfois une personne en grippe et qui va vous rendre votre période d'incarcération juste pénible. Parce que quand vous allez sonner avoir besoin d'eux il ne va pas venir vous répondre, ça va vous faire monter en pression. Quand il va arriver vous allez avoir envie de l'insulter. Et puis il y a des gens qui vont être provocateurs.

Franchement, il y a plein de facteurs qui font que je pourrais répondre à votre question... Ça dépend trop des parcours de vie, parcours à l'interne de la prison, personnalité, bagage au niveau familial, au niveau éducationnel, au niveau financier, à l'avant, pendant, après... Il y a vraiment tous ces aspects qui font que. Donc voilà...

I : Je voulais aussi parler, si vous voyez ça dans votre quotidien, le phénomène d'autostigmatisation. La personne qui intègre le stigmat et qui, au lieu de se dire de se battre contre l'image qu'on va lui imposer d'elle, elle construit un peu son identité autour de ça.

A : Alors, je dirais que sur ma carrière, oui évidemment, je l'ai rencontré parce que, de nouveau, il y a certains parcours carcéraux qui font que « J'ai tellement été détruit, tout ce qui faisait de moi un homme avant de rentrer, je l'ai perdu, j'ai donc eu un parcours carcéral des plus durs », et, à un moment donné, je ne suis pas très douée au niveau psychologique, mais il va sans dire qu'à un moment donné c'est soit je réussis à me mettre en tête que je suis taulard, uniquement taulard et ce sera pour ma survie psychologique ou je meurs en fait.

Donc oui, il y en a certains, ils se sont identifiés pendant tellement longtemps à cette image de détenus qu'en sortant, ils se disent toujours détenus. Un peu comme l'alcoolique qui se dit « Je suis alcoolique mais abstinent depuis 47 ans ». Et bien, certains se diront détenus jusqu'à la fin de leur jour.

Nous, on a déterminé, il y a déjà une bonne quinzaine d'années, on a établi des quotas de détenus au sein des groupes parce qu'on s'apercevait que quand ils étaient trop nombreux ils créaient comme des espèces de ghetto entre eux. Et donc ils ne sortaient pas de cette identification de détenus parce qu'ils étaient entre eux. Et on s'en rend compte maintenant ... On s'aperçoit qu'il y a beaucoup d'érythréens dans un groupe et bien pareil ! On a tendance pour se sécuriser, on a tendance à se regrouper entre nous. Et donc certains, on a dû casser ça en se disant à partir du moment où tu arrives en formation, tu n'es plus détenu de l'aile section machin, numéro de cellule un tel. Moi, j'avais des détenus qui disaient au moment de la pause « On sort au préau » et je leur disais « Non les gars, ici vous êtes dehors maintenant, il va falloir sortir de cette identification », ou alors en plaisantant ils appellent leur formateur « Chef » et c'est un formateur. Moi, si je l'entends, je me dois de leur dire « Les gars non, il n'y a plus de chef en fait, ici votre formateur, ce n'est pas votre chef ». Et donc, il faut au niveau du vocabulaire, au niveau de vos habitudes... Un détenu, il va sortir il va tourner sur la place de la digue, tourner en rond et tu lui dis non en fait. Parce qu'à un moment donné tu vas pouvoir aller marcher ce soir dans le Ravel près du parc de Monceau, tu vas voir, c'est génial, c'est des lignes droites puis ça tourne un peu, certes au final, t'auras peut-être fait un rond mais t'auras vu que des arbres différents. Parce que oui, je pense qu'à un moment, psychologiquement, j'ai jamais fait de prison, mais psychologiquement, ils sont... C'est un mécanisme, à mon sens, de survie de se dire « Je me mets dans la peau du détenu et donc après quand j'en sors il va falloir me réadapter ». Donc oui, moi je pense qu'ils sont dans l'auto-stigmatisation, c'est sûr.

Et après la société n'aide pas hein ! Ben voilà, vous êtes contrôlé en bagnole, okay on va contrôler machin machin. Bizarrement, on va passer la carte d'un détenu alors qu'il a purgé sa peine, que le contrôle se passe nickel, qu'il n'a pas bu, qu'il n'était pas drogué, ben on va pousser le contrôle un peu plus loin. Ben pourquoi ? Donc voilà, ça vous rappelle à votre bon souvenir... On vous demande votre certificat de bonne vie et moeurs, ben oui évidemment, je serai toujours un détenu. Parce qu'en plus ça reste et les demandes d'effacement... En même temps ça ne marche jamais et il faut 10 pages après la sortie de prison. Donc voilà ils ne le font pas, il y aura toujours une trace. Donc sortir de là, sortir de cette identification, c'est compliqué. Il y en a ils se retrouvent avec un bec à gaz chez eux où

il y a des flammes, ils ont du mal, ils font tout cramer. Bah oui, ça fait 8 ans que tu cuis sur des plaques chauffantes qui en plus font péter les plombs de la prison 10 fois sur 10 donc du coup, tu ne peux en allumer qu'une à la fois. C'est à induction machin... Donc oui, même des choses basiques... On s'est tellement identifié à ce statut de détenu, oui qu'après ça, il faut y aller. Je ne peux pas aller boire un verre parce que s'il y a une bagarre et que je me prends une droite, à tous les coups, la police débarque, même si je n'ai rien fait, je vais quand même passer au moins une nuit au cachot, par précaution.

Donc, ils seront stigmatisés, ils le savent et, en effet, parfois ils prennent les devants. Et je leur dis... Je recevais encore X il n'y a pas très longtemps et je lui dis « Moi en 44 ans d'existence, je me suis rarement retrouvé dans une bagarre générale à me ramasser des pêches, et j'ai quand même 44 ans d'existence, donc tu sais quand même les lieux potentiellement à ne plus fréquenter ou à moins fréquenter » et il me dit « Je peux très bien me retrouver face à un ancien problème d'avant prison », « Okay, maintenant tu as mûri, maintenant tu as des conditions, maintenant tu as un parcours de justice derrière toi, quel est le problème de tourner les talons ? », « Oui mais tu sais dans le milieu alors je baisse mon froc », « Mais tu n'es plus logiquement dans le milieu ». Et donc voilà, il y a aussi cette identification à qui j'étais avant. Je reprends toutes mes casseroles...

Donc, il y a une auto-stigmatisation par rapport à leur situation ou leur qualification de détenu, et parfois il y a une auto-stigmatisation par rapport au fait que c'est des bandits, des malfrats, des merdeux dans le quartier, ça aussi quoi. Donc d'un point de vue identitaire, c'est compliqué de s'y retrouver. C'est d'ailleurs pour ça que je trouve dommage... Je trouve nécessaire qu'un suivi thérapeutique et psychologique soit mis en place au terme de la détention, mais c'est dommage parce qu'ils ne sont pas toujours très qualitatifs. Et pourtant les besoins sont réels. Mais parfois les gens ne mesurent pas le besoin et le fait que ça soit obligatoire, mandaté, ça enlève de sa pertinence parfois, à mon sens.

I : Selon vous, les facteurs de protection principaux, les leviers qui permettent d'échapper aux conséquences fortes de la stigmatisation ? Je me dis par exemple que l'isolement doit s'accentuer, que la famille aide...

A : Ah ça ! Moi, je base tout sur la famille ! Quand il y a un environnement familial sérieux, structuré, réel, posé, pour moi, je crois qu'on est à 70% de risque de récidive en moins et de capacité de passer outre cette condition de détenu. Quand vous arrivez au sein de votre foyer, que vous êtes de nouveau père et que vous sentez que cette place elle a toujours été la vôtre

et qu'elle vous la récupérez, je pense que vous oubliez finalement cette qualité ou cette qualification de détenu. Pour moi, c'est quelque chose qui est vraiment essentiel... C'est l'aspect soutien social et familial.

Après, je dirais que les leviers sont communs à tous hein. Oui bien sûr, le fait d'avoir un bon environnement familial, c'est une chose, le fait d'avoir une activité professionnelle, ça en est une autre. Tout ça, c'est les leviers qui sont communs à toutes les personnes précarisées, qu'elles soient précarisées par la détention ou par d'autres facteurs. C'est à mon sens les mêmes leviers...

Et parfois aussi, c'est le changement de ville. Bah voilà « Je suis à Bruxelles reconnue comme étant.. et donc je resterai là le gars qui a fait de la prison, qui a été délinquant, je change de ville, je suis incognito, je peux redémarrer les choses à zéro », ça aussi parfois c'est un levier. Moi, il y a certaines personnes, je leur dis « Ne vous réinsérez pas sur Charleroi parce qu'en effet, c'est là que vous allez rencontrer vos potes d'avant, c'est là que vous allez rencontrer celui à qui vous deviez 50 balles mais qui vous a pas oublié depuis », et donc, parfois, un redémarrage à zéro, c'est un des leviers justement pour repartir vierge de tout dans une nouvelle ville. Et je vous dis que Charleroi n'est pas l'endroit le plus waw, ils sont quand même fort concentrés. Le fait peut-être qu'on ait la prison de Jamioulx... Mais non, je ne sais pas, je ne ressentais pas ça à Nivelles. Pourtant, il y avait une prison mais la population n'était pas aussi... Enfin voilà, on est quand même dans une ville très précarisée où le taux de criminalité est fort haut quand même. Du coup beaucoup de futurs détenus, de futurs ex-détenus, d'ex-détenus, donc voilà, on a quand même tout ça quoi.

Donc oui, les leviers, c'est les leviers qui stabilisent votre vie, qui stabilisent la mienne et qui permettent de stabiliser la leur, à mon sens. Après, un truc qui leur est propre et qui ne nous appartient peut-être pas quand on n'a jamais connu de déboires avec la justice, pour la plupart, ils se sentent toujours injustement punis ou trop punis. Et donc ils ont un rapport comme ça à la justice et à l'autorité qui est quand même compliqué. Ça je trouve que c'est un peu général. Oui, parce que soit ils ont été trop punis, ils ont trouvé leur peine injuste et puis, malgré tout, au sein de la prison, il y a des tas d'injustices qu'ils constatent ou qu'ils vivent. Et ça par contre, ça en fait pas de citoyens très stables parce qu'ils sont en colère contre un système judiciaire, qu'on ne sent pas nous en direct, mais qui finalement n'est pas au top.

I : Moi j'arrive un peu au bout. Je ne sais pas si vous avez un dernier message ?

A : Moi je suis toujours super agréablement surprise de jeunes qui sont encore intéressés par ces thématiques. Après voilà la crimino forcément fait que, sans doute, qu'on s'interroge sur leur parcours de vie. En fait, les détenus, il n'y a finalement que des travaux comme ça qui s'y intéressent ou des structures où c'est leur gagne pain finalement. Le détenu, par définition, il est oublié par la société, il est oublié par les politiques parce qu'il n'a aucun droit au niveau civique, il est oublié par la société parce que tant que vous n'êtes pas directement concerné par la problématique auprès de vos proches ou vous même, finalement la prison s'il y est, c'est qu'il a fait quelque chose il a qu'à purger, il ne nous emmerde pas. Donc c'est un peu les oubliés de la société malgré tout. Et donc moi je suis contente quand je vois des gens qui s'intéressent, et qui s'intéressent aussi à ce qu'ils vivent. Et donc voilà je suis vraiment ravie du travail que vous faites. Moi j'avais, il y a 23 ans du coup, mon travail de fin d'études s'intitulait « Le chaînon manquant entre les services de réinsertion et les prisons », parce que, pour moi, justement, rien ne se travaillait intramuros et donc ils arrivaient chez nous, il y avait un truc qui manquait, une espèce de sas ou de préparation à l'interne ou que sais-je. Donc ça s'était intitulé de mon mémoire, il y a 23 ans.

I : C'est chouette parce que c'est ce que vous avez fait de votre vie.

A : Ah oui vraiment ! Moi ça je dois dire que là vraiment on peut se dire que oui vraiment ! Et en plus j'ai eu des rapports extraordinaires tant à l'interne quand j'ai travaillé... Donc, c'est tout le programme que j'avais avec eux les informer sur comment les règles au niveau du chômage, quand vous sortez vous êtes pas des idiots à ne pas savoir « Je dois tourner à droite, à gauche, ouais mais je dois aller où, qu'est-ce que ça veut dire Actiris », donc on travaillait ces aspects là. Et pour moi ça a tout son sens. Vraiment, ils ont du temps là-bas. Donc en gros, c'est là qu'il faut travailler la réinsertion, c'est en prison qu'il faut déjà travailler tout ce qui est stigmatisation, le fait que... C'est déjà là qu'il faut. Parce que là le temps est libre et ils sont dans un mood où ils peuvent vous entendre, vous écouter, mettre des choses...

Moi j'ai eu vraiment beaucoup de retours positifs, je crois que je suis la seule personne à avoir pleuré en sortant de prison parce que, après 7 ans de bons et loyaux services, on nous a dit que vous n'avez plus ce projet pilote, ça m'a tué. J'ai rencontré des gens exceptionnels. J'ai fait un travail avec eux d'une qualité, ils étaient hyper répondants. Je me sentais en pleine sécurité, pourtant j'étais sur un banc coincé fixé au sol avec 2 taulards de chaque côté, j'avais 25 ans, mais en pleine sécurité. J'ai rencontré des gens d'une qualité humaine incroyable, des échanges de parcours de vie incroyables aussi. Des mecs qui avaient tout pour être le bon

citoyen puis un coup de sang, « Je pète un plomb, j'ai voulu défendre, il m'a attaqué, j'ai riposté il s'est écroulé à terre », des histoires de vie, parfois on dit qu'il n'y a pas d'innocents en prison, mais si en fait. Si, il y en a aussi. Il n'y a pas que ça mais à chaque fois qu'on démarrait nos cours, je disais « C'est bon, je sais, vous n'avez rien fait vous êtes injustement incarcéré, okay, on se l'est dit, on passe à autre », parce qu'ils sont toujours en train de râler « On n'en méritait pas autant », « Oui, c'est vrai le juge a peut-être été un peu dur ».

Mais j'ai vraiment adoré ce boulot et je vous le dis, même si je ne le fais plus en intramuros, j'ai ce suivi en extramuros c'est tout aussi important et j'y prends tout autant de plaisir. Mais ça me fait plaisir de voir qu'on s'intéresse au sujet oui.

Annexe 6 : Retranscription entretien 4

I : Intervieweur

D : ancien Détenu

D : J'ai écrit un livre en fait, qui raconte un peu mon parcours, mon histoire parce que je suis passé aussi par la prison il y a 37 ans, et je suis assistant sociale, et licencié et compagnie. Alors, je vous écoute.

I : Moi je m'appelle Zoé Morsomme, je suis étudiante en criminologie et je fais une étude, le but est de...

D : C'est toi qui fais le travail sur les IPPJ, c'est ça non ?

I : Non, moi c'est sur l'impact de la stigmatisation de la société sur le bien-être. Et donc le but est un peu de donner la parole aux individus qui sont passés par l'étape de la prison, qui en sont sortis et qui ont vécu cette expérience, et explorer un peu l'impact sur le bien-être, un peu psychologique, sur les ressentis que vous avez pu avoir.

D : Okay, et maintenant moi j'accompagne des gars qui sortent de prison depuis 35 ans.

I : Ok, super. On m'a conseillé votre profil et j'ai eu le temps de me renseigner sur votre parcours, mais est-ce que vous pouvez quand même m'expliquer dans les grandes lignes votre parcours de vie ?

D : Okay, alors moi je suis... mon parcours de vie total, c'est ça ? Alors c'est quoi ? Donc moi je suis ici la première génération d'immigrés marocains. Il y a alors mes deux parents marocains qui sont venus dans les années 60. Et puis mon père a ouvert un commerce, il a travaillé, etc. Puis il a gagné bien sa vie pendant un moment donné, puis il a déconné. Et donc il s'est retrouvé en prison, enfin voilà. Donc ça veut dire que ses deux fils, dans un premier temps, ont été placés dans des orphelins, dans des foyers. Et puis après ça... Donc nous on allait voir notre père en prison, ça je me souviens. Et alors les éducateurs ont fait le nécessaire pour qu'on n'aille pas vers ce chemin-là. Et puis finalement, quelques années plus tard, j'ai quand même été vers ça. Alors que j'avais quand même réussi, j'avais un petit

diplôme, etc. J'avais un appartement, j'avais une petite amie, un boulot, etc. Et puis finalement je me suis embarqué en rencontrant des amis de l'orphelinat que j'avais connus avant.

Et donc voilà, en six mois, tout s'est effondré, je me retrouve à la prison de Forêt, pour des faits extrêmement graves puisqu'il s'agit quand même de la mort d'une personne. Donc on est trois là-dedans. Donc il y a un acteur principal qui a pris 15 ans, un gars 5 ans, moi 3 ans. Je suis libéré le jour du verdict. Et puis après ça, j'ai eu la chance d'avoir une avocate qui m'a défendu, qui m'a invité à Noël, etc. Et qui fait que je me sens soutenu.

Et après je trouve du boulot dans un centre pour jeunes délinquants à Molenbeek. Et puis tout ça commence. Et puis je deviens assistant social, éducateur, etc. Et puis j'accompagne depuis tant d'années ce public-là. Donc c'est un peu ça mon histoire en résumé. Et donc voilà, c'est de foyers à une insertion. Et puis manifestement, je me fais quand même embarquer... Donc je fais deux ans en prison à la prison de Forêt. Et puis voilà, je suis libéré. Donc je passe devant la cour d'Assises, ce qui n'est quand même pas rien. Ce sont des faits extrêmement graves. Et puis je deviens la personne que je suis aujourd'hui. Donc j'accompagne.

I : Okay. Pour mon étude, je vais principalement vous concentrer sur votre expérience de détention et votre expérience juste après votre sortie. Est-ce que vous pouvez par exemple m'expliquer le vécu que vous avez eu dans les grandes lignes de votre détention ?

D : Alors le jour où je suis arrêté, il y a des policiers qui nous arrêtent. Et puis il y a un interrogateur, etc. Puis on passe devant un juge d'assumption. Celui-ci décide un mois d'arrêt parce que les faits sont extrêmement graves. Et puis je me retrouve à la prison de Forêt. Et alors ce qui se passe, évidemment, moi qui n'étais pas délinquant contrairement aux deux autres que j'avais plus revu depuis des années, moi effectivement, la prison est un choc. Donc il me faut trois mois pour me remettre en fait. Et effectivement, ce qui se passe, c'est que quand tu rentres dans la prison, donc tu rentres dans un fourgon, puis ils te déposent à l'intérieur de la cour, et puis tu vas dans ce qu'on appelle le bain. Et alors le bain, c'est quoi ? C'est vraiment, tu enlèves tes vêtements, et donc c'est pas symbolique, tu enlèves vraiment tes vêtements et tu mets tes vêtements de détenu. Et donc il y a un processus de dépersonnalisation qui est en train de s'opérer en fait. Et donc tu n'es plus un homme normal, tu deviens un détenu.

Et donc là, tes journées sont rythmées par... Donc un mois j'étais scellé, effectivement. Donc un choc, un choc brutal. La prison c'est quoi ? Je me retrouve dans une cellule avec un néerlandophone et moi. Et avec la cellule, c'est 9 mètres carrés, où il y a deux personnes. Et donc à cette époque-là, en 88, il y a un WC chimique, une table, deux chaises, et puis voilà, donc c'est ça la cellule en fait. Et donc ça veut dire très peu d'espace pour bouger, pas d'activités, et donc il y a un paravent qui sert de WC dans lequel il y a un seau chimique en fait, et on fait nos besoins là. Donc il faut sortir le seau une ou deux fois par jour. Voilà, donc le matin, le réveil est à 6 heures du matin. Donc il faut se réveiller, parce que sinon le café et les tartines passent... Enfin, tu ne les as pas. Et la même chose à midi, etc. Donc il faut être sur le qui-vive pour bien ne pas rater ses rendez-vous. Et puis donc il y a ça. Donc il y a les repas, il y a des visites. Donc la seule bouffée d'air frais, si j'ose dire, ce sont les visites en fait. Et puis le préau. Donc c'est deux fois par jour.

Et puis, dans un premier temps, les six premiers mois, c'est ça que tu fais. Enfin, moi c'est ce que j'ai fait. Donc j'étais tout le temps en cellule. Enfin non, les quatre premiers mois, oui... Donc moi il m'a fallu trois mois pour ça. Puis j'ai été transféré dans une autre cellule où je me suis retrouvé avec un schizophrène qui avait tué trois personnes. Donc j'avais 21 ans hein... Et donc, enfin voilà, je me suis dit « Comment je vais faire ? » J'ai pas dormi pendant quelques jours parce que ce type quand même... Il prenait des médicaments, enfin voilà. Donc c'était... Il y a un choc très violent qui se passe.

Heureusement il y a quelqu'un qui me dit « Écoute, moi je vais quitter cette cellule. Tu vas dans cette cellule en attendant. Et puis si tu n'as pas ce qu'il te plaît, tu viens avec moi au vestiaire ». Et ce qui m'a sauvé la vie, c'est ça. En fait, pendant ces trois mois, effectivement, j'encaisse le choc. Et puis heureusement que j'ai des mains tendues à l'intérieur de la prison. Et notamment ce gars qui me dit « Viens avec moi. Je vais travailler ». Et donc, voilà. Et puis une place se libère au vestiaire. J'ai travaillé avec lui. C'est ce qui m'a permis de m'en sortir parce qu'il y a trois choses possibles en prison : soit effectivement, tu restes dans ta cellule 24 heures sur 24, et donc, soit tu finis par prendre des médicaments, Soit tu te suicides ou soit tu te relèves. Moi, je me suis relevé, parce qu'il y avait des mains tendues à l'intérieur. Et puis, après ça, j'ai travaillé jusqu'au procès en fait.

Et donc finalement, j'étais plus dans ma cellule parce qu'effectivement, j'ai eu la chance aussi que des gardiens croient en moi aussi. Alors, il y avait deux types de gardiens : des crapules et des gens biens. Moi, j'ai pu voir les deux facettes. Et alors, il y a des gens qui m'ont encouragé, de l'humanité quand même là-dedans. Et puis effectivement, j'ai côtoyé des criminels qui étaient là-dedans depuis des années, des violeurs, des meurtriers, et moi qui

suis mêlé à une affaire aussi. Donc l'un dans l'autre...Donc tout ça, à 21 ans, voir tout ça, c'est quand même... c'est pas simple à digérer ça.

Et puis finalement, pendant ces trois mois, enfin, le quatrième mois, je commence à me relever, mais comme je vous l'ai dit, je commence à faire des cours en fait, des cours de l'ADEPPI. Donc ce sont des ASBL qui me donnaient des cours. Et donc je fais des cours. Donc ça me permet de me relever. Et puis il y a des cours, le travail en prison, et puis des visites. Voilà, qui font que j'ai une routine, et puis finalement, je suis très peu dans ma cellule. Puisque je suis dans un travail qui s'appelle le vestiaire. Et donc j'habille tous les détenus qui viennent. Et puis je m'occupe des prohibés aussi. Donc ça veut dire que je ne suis quasiment plus dans ma cellule, je vais à ma cellule pour dormir en fait. Et il y a une confiance en moi. Enfin voilà, il n'y a pas de problème avec moi, je suis un détenu qualifié de modèle. Voilà, donc je trace ma route. Et ça, ça m'a permis de ne pas tomber dans le suicide ou dans la consommation de médicaments ou de drogue. Parce qu'il y a aussi la drogue ! Donc j'ai oublié un deuxième point, il y a soit les médicaments, soit la drogue. Et moi j'ai eu de la chance de ne pas tomber là- dedans.

Et puis voilà, ça c'est la prison. Donc voilà, vous rencontrez aussi des milieux différents et des gens qui effectivement sont là aussi par accident, qui n'étaient jamais délinquants et qui font des mauvais choix, un peu comme moi, et puis tu rencontres des gens qui ont fait des mauvais choix et qui se retrouvent en taule. Et puis tu as des vrais criminels...

I : Donc vous aviez 21 ans, j'imagine ça a quand même un peu influencé la construction de votre identité. Ou ça a quand même eu un impact sur...

D : Ah oui, oui, oui ! Parce que c'est jeune quand même, 21 ans. Ah oui, 21 ans, oui. Et puis je sortais d'un... Où j'avais tenté d'essayer de m'en sortir. Oui, oui, oui. C'est-à-dire que le fait de me relever aussi m'a permis de... Enfin, un, j'ai eu la chance, je pense aussi, d'avoir été pris en charge avant dans les orphelinats, donc j'avais une espèce de discipline de là aussi, et qui fait qu'à un moment donné, on apprend à se relever en fait. Et donc c'est ça qui m'a sauvé, je pense aussi. Mais qu'effectivement, sauf que j'ai dû... Il y a eu un choc parce que j'étais dans un mode que je ne connaissais pas, la délinquance en fait. Alors le seul lien avec la délinquance, c'était quand on allait voir notre père en prison en fait, avec les éducateurs et les éducatrices, c'est tout. C'était le seul lien avec ça, avec ce milieu-là, et puis, ben, ce qui s'est passé quoi.

Mais effectivement, à 21 ans, oui, tu es une jeune... Tu es un jeune homme. Tu es une proie. Enfin, oui, tu... Voilà, je me suis fait très vite respecter. Donc voilà, j'ai trouvé une manière de m'adapter qui fait que j'ai été respecté par tous, donc ça c'est bien. Mais ce n'était pas simple parce qu'effectivement, soit tu es ça, soit tu te fais avoir par ce système-là qui est quand même la prison, c'est un lieu fermé, qui génère de la violence, qui génère plein de problèmes forcément. Et donc voilà, si tu veux t'en sortir, il faut construire ta réinsertion à l'intérieur. Et donc moi, c'est ce que j'ai fait en fait. Et ça, je pense que c'est aussi des valeurs qui avaient été inculquées dans les maisons d'accueil. Je pense que c'est ça aussi qui m'a aidé sans doute. C'est d'avoir ça, c'est d'avoir ces outils, sauf que je n'étais pas adapté à ça, mais quelque part, si, c'était en moi. Et donc cette capacité de rebondir et tout ça, parce que j'avais déjà rebondi suite à ma première vie en fait, par rapport à mon histoire qui était en dehors de la délinquance. Je fais ce qu'il fallait pour m'en sortir. Donc j'avais déjà cette culture de la résilience quelque part. Mais c'est vrai que c'est un choc. Et qu'effectivement, on n'en sort pas indemne. Et moi, ce qui m'a sorti de là, de cette détention, c'est la valeur travail, me mettre en projet, donc tout ce que j'avais eu comme valeur du foyer quelque part. C'est ça qui m'a aidé. Et le fait que j'accepte les mains tendues des prisonniers qui étaient ceux-là bienveillants.

Donc tu avais tout évidemment, des crapules et puis tu as des gens bien aussi là-dedans. Et donc là, j'ai pu faire la part des choses et voir ça aussi, cette humanité chez les gardiens, chez les détenus, chez certains. Et puis j'avais un rôle clé puisque effectivement... En plus, un marocain qui était au vestiaire.... Parce qu'il y avait aussi à cette époque-là, comme encore là maintenant. Mais à cette époque-là, voilà... Donc c'était un marocain qui se retrouve au vestiaire, au prohibé, « Comment on peut lui faire confiance », ben voilà, donc ils m'ont fait confiance. Et puis voilà, ils ont très vite vu que j'avais rien à voir avec les criminels qu'ils avaient au départ, que c'était plutôt un accident.

Et puis voilà... Et puis il y a le verdict. Donc je présente. En principe, quand on passe en cour d'Assises, ça dure 10 jours. Et en fait, tu ne peux plus travailler pendant ces jours-là puisque tu n'es plus en cellule. Et moi j'avais demandé, donc en principe, tu es isolé, mais moi j'avais dit « Non, non, moi je vais rester dans ma cellule, je ne veux pas être isolé, quand le procès est fini, je veux retravailler, le soir, quand je reviens, j'ai envie de travailler, comme ça ça me change les idées ». Et puis, ils m'ont fait confiance, et donc voilà. Et puis, ben j'ai été libéré. Donc, cette avocate qui me défend, qui est une immense avocate Bruxelloise, et qui m'invite à Noël. Et alors, ce qui se passe à ce moment-là, c'est qu'elle me tend la main... Enfin, d'abord au verdict ils m'annoncent, tous les deux, donc j'avais deux avocats. et ils

m'annoncent « Tu es libéré ». Donc moi je ne comprends pas bien parce que c'est l'émotion « Tu es libéré ». Donc, j'avais été condamné à 36 mois, j'avais fait 26 mois de préventif. Donc, je devais sortir parce que, effectivement, quand un primo délinquant sort au deux tiers... Enfin quand il a fait fait un tiers de sa peine en fait. Donc j'avais fait plus puisque j'avais 36 mois. Donc ils m'ont libéré et j'avais fait 26 mois. Ça veut dire que les 10 mois restants étaient en sursis probatoires pendant 10 mois.

Et alors, le verdict, c'est le 20 décembre 1990. Donc la prison, c'était en octobre 88. Deux ans après, il y a le procès et je suis libéré. Et un mois après, je travaille. Et ce que j'ai oublié de dire, c'est que, effectivement, le 20 décembre 1990, quatre jours après, c'est Noël. Et à Noël, cette avocate m'invite, donc. J'y vais. Et puis, je me retrouve face à des gens que je ne connais pas dans un milieu que je ne connais pas et toute une famille... Enfin voilà. Et depuis ce jour-là, je suis resté en contact avec eux. Et donc cette dame a 96 ans. Il y a eu un lien, ces gens ont cru en moi. Et un mois après, je trouvais du boulot comme animateur et puis éducateur. Et puis voilà, tout ça a commencé là parce qu'il y avait un soutien, il y avait une vraie rencontre, et surtout des gens qui ont cru en moi, notamment elle.

Comme avant, dans ma première vie aussi, c'est ce qui m'a permis de me dépasser. Parce que ce que j'ai oublié de dire, c'est que aussi dans les orphelinats forcément quand on enlève deux enfants à leur père, et en plus, ce père qui était délinquant. Donc, on apprend plus tard qu'en fait on était trois garçons et que la mère, que notre mère était soi-disant morte. Puis on apprendra après qu'elle n'est pas morte. Et donc on apprend qu'on a un frère. Voilà. Tout ça, des mensonges, prison. Enfin, tout ça n'est pas simple à gérer. Donc moi, un de mes symptômes à moi, c'était... Mon frère, c'était la timidité, extrêmement timide, ne parlant pas. Moi, c'était plutôt un enfant très, très sauvage, ne parlant pas d'abord. Et puis, j'ai appris à parler sauf que je bégayais. Donc j'ai appris à parler. Et donc maintenant, je ne bégaye plus. Mais ça a été un drame aussi. Et puis, à un moment donné, grâce à des éducateurs formidables, j'ai pu mettre des mots sur mes souffrances. Et puis, j'ai pu parler sans bégayer. Et donc tout ça... Il y a eu cette transformation là. Et donc cette résilience déjà à cette époque là. Et donc ça veut dire que tu pars déjà avec ça. Et puis il y a cet accident là.

Voilà donc tout ça fait que il y a des gens qui ont toujours cru en moi dans la première vie et dans la deuxième vie aussi, et après aussi puisque un mois après, il y a un patron à qui je lui ai dit « Écoutez, je sors de prison, je suis intéressé par l'offre d'emploi que vous me donnez », et puis il me dit « Mais écoutez, des gens comme vous on en a besoin », et donc voilà. Puis je suis lancé grâce à ce repas de Noël et grâce à ce patron qui m'a dit « Mais écoutez, on a besoin de gens comme vous », et puis voilà donc les mains tendues... Et il y a

un chapitre dans mon livre qui s'appelle les mains tendues parce que je rends hommage à tous ces gens là qui m'ont toujours aidé en fait. Et que s'il n'y a pas de mains tendues, il n'y a pas de réinterdiction que les choses soient claires ! Et même encore maintenant ! C'est l'essentiel et moi-même je suis devenu une main tendue quelque part puisque voilà...

Sauf que moi j'ai été me former, puis j'ai fait des études universitaires, j'ai été au Canada enfin voilà. Donc j'ai fait un tas de trucs. Donc c'est vraiment la main tendue, s'il n'y a pas des gens qui croient en vous, c'est peine perdue. Il faut des mains tendues, s'il n'y a pas ça, on ne se sait pas se relever. Pour moi, c'était évident et moi, c'est ce que j'incarne chez ces gars là aussi, cette main tendue qui va évidemment donner des coups de pouce, ouvrir des portes, parce que c'est ce qu'on m'a offert à chaque fois.

I : En fait vous avez déjà parce qu'à la fin je voulais parler un peu des stratégies de reconstruction...

D : Moi, c'est vraiment la valeur travail, la pédagogie du projet, c'est vraiment ça. Et moi même, je suis parfois en confrontation avec mes collègues parce que s'il n'y a pas de projet, il n'y a pas de... Faut mettre les gens en projet en fait, parce que le projet des collègues c'est de proposer quelque chose de différent, et donc pour se faire, il faut les mettre en projet et arrêter de penser qu'on va résoudre des problèmes par simplement une question de d'aide psychosociale à l'état brut, psychologue. Oui il en faut, mais il n'y a pas de ça. Il faut mettre les gens en projet, en construction. Et moi, c'est ce qui m'a aidé.

Par exemple, dans ma première vie, déjà l'objectif de diminuer le bégaiement, c'était déjà un projet, réussir à l'école, se faire comprendre, donc des micro-projets pour en faire un projet de vie et voilà. Et puis à un moment donné, décrocher un boulot. Donc ça c'est déjà un parcours qui n'était pas gagné hein, soyons clair. Et puis ben voilà donc des obstacles de la vie font que je me retrouve embarqué dans une autre histoire et donc là aussi faut rebondir, repartir à zéro et être résilient, ce que je ne savais pas. Et alors, dans les stratégies que j'ai pu développer, c'est évidemment les stratégies de projet, d'être à l'écoute et surtout cette capacité de rebondir et donc ça, c'est quelque chose qui est très facile pour moi parce que quelque part ça fait partie de mon histoire, déjà très jeune. Ça ne veut pas dire pour autant que tout est gagné, mais je veux dire en tout cas, il y a une espèce d'instinct qui me permet de savoir... Et moi même quand j'accompagne des gars, c'est vrai que je suis très vite dans la solution parce que j'ai appris, ça fait partie de mon ADN en fait. Ce qui fait que les résultats sont aussi parfois différents parce qu'effectivement, je viens de l'intérieur aussi, j'ai l'expertise

expérientielle parce que je l'ai vécu, j'ai l'expérience professionnelle et l'expérience académique. Donc tout ça ensemble fait que je vois les choses de manière différente. Alors, sans doute pas mieux que les autres, mais en tout cas avec un regard circulaire et surtout tridimensionnel dans mon cas. Mais tout ça n'a pas été prévu ! Il n'était pas prévu qu'un jour je sois embarqué dans des histoires là, que je devienne un jour éducateur à sciences sociales, et puis directeur, coordinateur, que j'écrive un livre. Donc tout ça c'est venu... J'ai commencé à l'écrire et il est sorti le 8 septembre 2025 mais tout ça n'était pas prévu.

Donc il faut l'imprévisible, et l'imprévisible, c'est les rencontres. C'est les rencontres qui peuvent changer la vie de quelqu'un. Par exemple, moi, ici dans le programme de réinsertion, pendant les sept semaines, on convoque les rencontres. Donc ils vont rencontrer des entreprises, des centres de formation, parce que moi j'ai vécu ça. Donc c'est rencontrer le possible et ça, ça se passe parce qu'on fait en sorte que la rencontre se fasse en fait, et quand il y a rencontre, il y a changement de trajectoire en fait. Parce qu'effectivement ça va se jouer dans la relation qu'on va avoir avec la personne qu'on rencontre, et là il peut se passer plein de choses. Donc moi si j'ai pu m'en sortir de mon problème de vie, c'est parce que j'ai eu une éducatrice qui a cru en moi qui a fait que j'ai pu me dépasser, la même chose cette avocate etc. Et puis les autres jours après, tout ça, c'est parce qu'il ya quelqu'un qui te regarde autrement, il te regarde pas comme une difficulté mais comme un potentiel en fait. Et donc c'est de passer de celui qui dérape à celui qui peut en fait. Et ça, c'est parce que j'ai été regardé comme ça. Et moi-même je regarde les jeunes comme ça.

I: Mais ça c'est pas toujours... Parce que je fais un lien avec mon travail sur le problème de la stigmatisation qu'on peut avoir sur les jeunes délinquants, les anciens détenus etc donc là vous parlez de gens qui vous ont tendu la main mais j'imagine que vous n'avez pas rencontré que des gens comme ça. En tout cas que les jeunes avec lesquels vous travaillez aujourd'hui, est-ce que vous voyez un peu dans le quotidien ou de vous dans votre histoire les représentations qu'on se fait, que la société se fait des criminels, des prisons ?

D : Ah oui, oui, oui. Je le vois avec les gars que j'accompagne, moi finalement j'ai eu beaucoup de chance. Et c'est pour ça que qu'il faut des mains tendues, c'est parce qu'effectivement, on est très vite stigmatisé, on n'est pointé du doigt et qu'il faut pouvoir... Pour que les gens s'en sortent, ils doivent être entourés parce que sinon, c'est pas possible. Et en plus, porter... donc sortir de prison et dire qu'on était en prison, tu as des patrons qui vont dire non, certains vont dire oui mais il faut les trouver enfin voilà. t donc effectivement,

la représentation légitime de la société au départ c'est de dire "T'avais qu'à pas faire ça" voilà. Et puis, oui les garçons, ils sont stigmatisés de couleur de peau, ils fonctionnent pas comme les autres, pas la même région machin, "C'est quoi ces gens là qui viennent prendre nos femme machin", ce genre de discours là. Oui, ils sont stigmatisés. Et en plus quand ils ont une étiquette d'ancien détenu, je vous raconte pas, c'est encore pire hein ! Donc le certificat n'est pas... C'est pas un label réjouissant pour s'insérer. Et donc c'est pour ça qu'il faut de l'aide...

I : Et vous, vous avez vécu des expériences de stigmatisation marquante ?

D : Moi, j'ai eu beaucoup de chance par rapport à ça parce que j'ai eu des gens qui m'ont tendu directement la main. Et donc j'ai eu beaucoup de chance par rapport à la population dont je m'occupe, moi je suis finalement privilégié. Parce qu'effectivement, j'ai vécu dans des orphelinats, j'ai eu des apprentissages que eux n'ont pas... dans la famille parce qu'ils ne fonctionnent pas du tout comme ça et voilà. Mais mon frère a eu beaucoup plus de discrimination de par rapport à sa peau. Mais moi finalement, ça, ça a été. Par contre, oui alors quand j'étais petit effectivement la stigmatisation que j'avais, donc on comprenait pas cet enfant il bégaye, on comprend pas ce qu'il dit, voilà oui effectivement, j'ai eu ce genre de truc là. Et au départ, ce qu'il faut savoir... Ah oui j'ai oublié de dire, c'est que au départ, même à moi et même les éducateurs qui m'ont accompagné, donc je fais des études, enfin c'était pas prévu que je réussisse non plus ces études, surtout avec tout ce que j'avais déjà de difficultés, puis finalement à force du travail tout ça, j'arrive à m'en sortir mais, ce qu'il y a de pire enfin de pire, enfin d'intéressant là dedans, c'est qu'après cette expérience prison, je repars de zéro, je reprends les études à zéro et j'arrive d'humanité normale à trois masters. Donc je n'ai jamais imaginé faire ça hein ! Mais parce que motivé et puis rebondir enfin voilà. Donc ça donne une force de dingue et on apprend et on se met un truc.

Mais tout ça n'est pas donné à tout le monde, mais moi j'ai eu la chance d'être accompagné et parce qu'il y avait des gens qui ont cru en moi. Ces gars là, ils n'ont pas ça dans leur système de référence, ils ont ... Non alors oui il y a une maman qui croit, soit le papa travaille, sauf qu'il est absent pour deux raisons : il a tellement travaillé dans des métiers pas faciles donc la construction voilà les métiers peu qualifiés, qu'à un moment donné, il est épuisé, il est pris en charge par la mutuelle et il représente plus l'autorité chez le jeune. Et donc la loi, le jeune va la chercher ailleurs et tombe dans la délinquance puisque il va décrocher l'école etc et c'est comme ça qu'on produit des jeunes délinquants maghrébins ou

tures par exemple d'autres trucs parce qu'effectivement voilà... Donc il y a un jeu familial qui permet ça et qui fait qu'à un moment donné, le gars va chercher ses repères ailleurs, puisqu'il les a pas à la maison. Et eux ont sans doute été beaucoup plus discriminés que moi.

I : Et comment est ce que vous direz que ça se traduit dans leur construction d'eux-même ou leur estime d'eux-même ?

D : Alors l'estime d'eux-même, ils en ont très peu parce que à force de dire qu'ils étaient difficiles, ils finissent par y croire, c'est ça la grosse erreur. Mais ça ils ne savent pas et donc le travail d'accompagnement, c'est ça, c'est de dire « Mais non, tu te résumes pas à ce qui s'est passé », mais on finit par y croire et donc le travail qu'il faut faire c'est de démystifier tout ça parce qu'ils y croient, alors qu'il faut leur proposer « Non, tu es capable de... tu peux, tu ne te réduis pas à ce que tu as fait », et la même chose par rapport aux apprentissages tout ça, il faut des gens qui croient en eux et qui disent « Mais non, t'es capable de le faire, vas-y, on est là avec toi », et ça ils n'ont pas ce soutien là ces gars là donc voilà...

Et effectivement, ils sont stigmatisés soit par rapport à ce qu'ils ont fait, par rapport à ça, par rapport à leurs difficultés, et même dans l'enseignement... La société est une société qui active l'erreur et jamais la compétence en fait. Et donc le bon travailleur social qu'est ce qu'il fait ? Moi j'ai appris à trouver la compétence que le gars peut avoir malgré la difficulté parce que moi on l'a fait chez moi, on s'est dit « Ah oui, il est quand même compétent ce gars là, on y va, ça sera lent, tout ce qu'on veut, mais il y arrivera ». Et donc oui, il faut aller trouver la compétence... En fait, la prémisse, je pense que si on veut s'en sortir, il faut partir d'une croyance qui est à l'opposé de la difficulté de départ. Et donc si effectivement, le jeune a été baigné dans une croyance dans laquelle on lui a dit que c'était un incompetent etc, il reste là dedans, il n'y a pas de raison qu'il change puisqu'on maintient quelque part le système dans lequel il était. Si on veut qu'on passe de ce niveau-là à un autre, il faut évidemment l'accompagner et construire une nouvelle croyance qui serait « Tu peux », et ça veut dire qu'on active un accompagnement qui permettent ça.

Moi, c'est ce qui m'est arrivé à moi, parce que sinon c'est pas possible, le changement n'est pas possible puisque l'idée de tout système, c'est de maintenir le système dans lequel il était, sauf que des nouvelles études psychologiques et d'accompagnement, de la communication fait qu'on s'est rendu compte que si on voulait des changements à long terme, il fallait changer de règles de fonctionnement. Et qu'il faut parfois provoquer des crises, il faut parfois proposer des fonctionnements qui sont à l'opposé de ce que la personne vivait, donc un

changement à 180 degrés puisque sinon ils tombent dans leurs anciennes habitudes. Enfin voilà, donc tout ça, ça prend du temps ça.

I : Pour vous le fait de ne pas avoir un bon accompagnement, ou en tout cas d'avoir un regard négatif porté sur soi ça, c'est quand même un argument qui mènerait à la récurrence et qui empêche la reconstruction ?

D: Oui, voilà oui. Et à mon avis, c'est pour tout ça donc la personne qui va regarder une situation, soit elle la regarde avec une prémisse négative et alors là la réponse on la connaît et donc il sera comme ça, et alors la personne qui va qui va le regarder autrement et qui va donner un autre regard à la situation et dire « Non, ce gars là peut », tout change évidemment, parce que c'est un nouveau paradigme, on le regarde avec des yeux neufs en fait. Et donc quand on regarde les situations soit un scientifique ou je ne sais pas quoi, dans les sciences humaines, on apprend ça, ça dépend de comment on va regarder la situation. Et moi, c'est parce qu'on va regarder autrement on m'a pas regardé comme un problème, on m'a regardé comme quelqu'un qui serait capable de surmonter tout ça. Et ça ça change tout effectivement, ça veut dire qu'il y a cette idée de qu'il est capable et dans d'autres constructions on va se dire « Non ce type n'est pas capable », et donc il n'y a pas de raison qui change puisqu'on dit qu'il n'est pas capable, donc ça se passe là en fait. Et donc c'est la société ou les agents de la société qui doivent se réinventer, regarder les choses différemment et qui fait que voilà qu'on peut apporter des changements comme ça, aussi non effectivement, le regard qu'on porte à la situation, ça peut tout changer.

Et moi, c'est ce qui m'est arrivé. Et moi, quand je demande aux jeunes « Mais qu'est ce qui t'a aidé ? », ils me disent « Tu m'as donné la force, c'est parce que tu m'as regardé autrement », et je dis « Comment ça j'ai regardé autrement ? », parce que j'essaie toujours de les faire se questionner et ils me disent « Tu as cru en nous et tu nous as donné la force ». Et moi, c'est ce que j'ai eu. Et effectivement, si tu n'as pas ça, tu restes dans ton contentement, dans ton... dans ta mouise parce qu'on ne te donne pas les outils. Par contre, si on te dit maintenant viens on va plutôt faire comme ça, c'est différent que dire « Mais non, tu es un problème », et donc voilà. Ces gars-là, il faut les amener à découvrir de nouvelles expériences et à expérimenter la réussite en fait. Et notre société, son programme, c'est l'erreur, c'est rechercher l'erreur, c'est ça l'erreur évidemment. On peut se dire « Non, il a des compétences et je vais aller les chercher », et il faut voir ce qu'il peut faire et ce qu'on peut

pallier, des choses sur lesquelles on peut travailler à long terme en fait et en faire un projet de vie.

Et la récidive elle se passe là aussi, c'est parce qu'on part pas de ce postulat là. Au-delà des problèmes sociaux je veux dire... Je pense que c'est le regard qu'on porte sur la situation, ça c'est évident. Pour moi, c'est pas un débat. Le travailleur social qui s'intéresse à cette situation... Oui, comment ? On va avoir plusieurs cas : soit on va avoir les anciens PMS qui mettent des étiquettes sur les immigrés qui, qu'ils aiment ou non, iront en enseignement spécial puisqu'ils sont de milieux défavorisés machin. Résultat des courses, c'est qu'on avait des gars en enseignement professionnel qui faisait des trucs qu'il n'aimaient pas et qui décrochaient, et qu'on retrouvait dans la délinquance. Alors que si on avait travaillé autrement en disant « Non, ces gars là ont des compétences », et en plus le logiciel qu'il avait basés sur des facteurs socioculturels, les marocains et tout ça, voilà le modèle chrétien qui lisait les tests psychosociales, c'est le modèle chrétien. On a des jeunes africains, on a des jeunes maghrébins, turcs et tout ça, les représentations ne sont pas les mêmes. Et donc déjà là, on passait à côté. Voilà et donc on a étiqueté des gars qui parfois auraient pu être ingénieurs je sais pas quoi hein ! Et non, parce qu'ils étaient dans des milieux défavorisés voilà. Et puis dans les quartiers défavorisés, il y a aussi des génies là-dedans mais qu'est ce qui fait qu'on va pas chez on va pas chez cette compétence là ? Mais donc ça après, maintenant, c'est la quatrième génération donc ça va déjà mieux à ce niveau là, mais ça a fait des dégâts aussi ça.

I: Et un dernier point que je voulais aborder c'était aussi le moment de la sortie de la prison ou juste avant quelle était votre expérience ou celle des jeunes qui vous accompagnent...

D : Il faut aller très vite, il faut aller très vite. Moi, c'est parce qu'on m'a répondu très vite. Donc un mois après, j'avais un boulot et très vite il m'a attendu.

I : Et juste avant la votre sortie, quels étaient les sentiments qui vous habitaient ? Est-ce que vous aviez hâte ? Est-ce que vous aviez peur ?

D : Ah moi j'avais peur, j'avais peur, parce que j'apprends avec un choc que je vais être libéré, mais je me disais « Mais qu'est ce que je vais faire ? » Ah oui et ce que je ne vous ai pas dit, c'est que donc j'avais été libéré et trois jours après, j'avais déjà un travail intérimaire et après j'ai eu un autre boulot après. Mais ça veut dire que moi... Il faut aller très vite parce

que si on va pas très vite... Quelqu'un sort de prison, il faut aller très vite sinon il retombe très vite. Donc le temps d'attente va multiplier le pourcentage de récidive en fait. Donc il faut prévoir un projet directement. Donc un gars qui sort de prison, l'idée c'est d'avoir un projet qui commence directement, c'est pour ça que je fais un programme ici et qui permet de commencer directement quelque chose à partir de la prison.

I: Et est-ce que vous avez l'impression que la plupart des personnes qui vont sortir de prison s'attendent à ce qu'ils les attendent ou est-ce qu'ils pensent que ça va être plus simple ou plus compliqué que la réalité ? Donc ils ont une vision de leur sortie, est-ce qu'ils se prennent une claque ou est-ce que c'est plus ou moins ce à quoi ils s'attendaient ?

D : Ça dépend, si elle a été préparée c'est pas une claque, si elle n'est pas préparée c'est une grosse claque. Et je pense que tout détenu quel qu'il soit a peur de sortir parce qu'il sait pas... Alors si effectivement il a des moyens, ça va aller. Et encore ! Pour autant qu'il ait du boulot etc. Si effectivement il n'a rien, il aura l'intérêt d'être bien accompagné, d'avoir un projet parce que sinon il retombe très vite. Aussi vite qu'il est rentré en fait. Oui donc tout le monde appréhende sa sortie. Et ben ces gars là oui... Par exemple ici, on regarde cette semaine, à la quatrième semaine, on sent que le stress va déjà commencer à monter parce que « Est-ce que je vais avoir mon projet dans les temps, est-ce que je vais pouvoir conclure ce que j'ai mis en place », oui. Et ça c'est parce qu'ici on les a mis en projet et quand il n'y a pas ça, ben le gars, enfin voilà, s'il n'a pas préparé son projet, ben il est foutu hein !

Et alors ce qui est de bien dans l'affaire Dutroux par exemple il y a quelques années, le tribunal d'application des peines qui a pris la défense suite à cette affaire là, a permis justement qu'il y ait un tribunal d'application des peines, voilà, qui contrôle, qui régule, via les maisons de justice, que le projet soit bien pérenne. Mais il ne faut pas oublier qu'en Belgique, il y a encore 70% de récidive, c'est dingue hein ! Et en France, en Belgique, ici on ne réinsère pas, on châtie. Alors que dans le pays, on fait des prisons, voilà, ici on a encore du mal avec ça, alors qu'il y a un potentiel de dingue avec ces gars-là, voilà.

I : Très bien, je sais que c'est une question très globale, mais c'est pour avoir votre avis, comment est-ce que vous diriez que l'expérience carcérale et la stigmatisation que la société peut avoir sur ces individus, comment est-ce que ça affecte leur bien-être, leur bien-être psychologique, leur état ? Selon ce que vous avez pu vivre, ce que vous avez pu observer ?

D: Alors l'expérience carcérale, comment elle est vécue par les détenus ou par la société, c'est ça ?

I : Comment est-ce qu'elle affecte le bien-être de la personne, ou sa construction psychologique ?

D : Ça dépendra par qui elle est accompagnée, donc je pense que si elle est accompagnée par quelqu'un qui va dire « Écoute, il y a eu ce qui s'est passé, on va construire un projet là-dessus », je pense que, voilà, donc s'il regarde comme ça, et en mettant les choses en perspective, ça peut aller, ça va. Mais ça veut dire qu'il faut aussi le préparer au regard de la société, qui va effectivement, il va devoir montrer par le blanc, donc ça veut dire qu'il va devoir chercher du boulot, casier judiciaire, tout ça, sauf que maintenant c'est moins qu'avant, mais tout ça, il va quand même, il va avoir des... S'insérer n'est pas simple hein ! Donc il y a un rappel de la société en disant « Mais non, votre casier judiciaire, ceci, cela », il va falloir faire preuve d'intérêt, de montrer qu'on peut se faire confiance, enfin voilà, donc il y a tout un travail qui est très très dur, et qui peut être très décourageant d'ailleurs. Et donc il faut qu'on soit là, c'est pour ça qu'ils doivent être accompagnés de ces gars-là, qu'ils vont être confrontés à leur casier judiciaire, à ceci, cela, à plein de freins en fait ! Et si ces freins ne sont pas pris en charge à partir de leur détention, ça devient un problème quand ils sortent, évidemment, donc l'idée, c'est de déjà travailler ça en amont. Et pour pouvoir avoir vraiment le gars qui soit focus sur son projet. Donc oui, si la réinsertion n'est pas préparée à l'intérieur, effectivement, ça peut avoir des impacts négatifs, la récidive, le manque de confiance de soi, la peur, parce qu'effectivement, être libéré, ça suppose effectivement qu'on va devoir chercher du boulot, « Est-ce qu'on va m'accepter ? », c'est ça, donc il y a plein de questions qui vont évidemment interroger l'individu, et ça peut être très épuisant d'ailleurs ! Ça peut être un sentiment de honte si on est pointé du doigt. Être stigmatisé, de honte, de pas confiance, de manque de confiance en soi,...

Il ne faut pas oublier que la prison, le temps de détention, que ça soit un an, six mois, etc., il ne faut pas oublier que la détention, par définition, rétrécit l'esprit, et rétrécit le champ des possibles, dans sa tête et dans son corps, puisqu'on est dans un espace confiné. Et donc pour réadapter... Enfin moi, les premiers jours, après deux ans de détention, je me retrouvais dans un métro, je me demandais « On me regarde ? », donc il y a tout qui est contre nous, parce qu'il faut s'habituer, il faut que ton cerveau se réhabitue avec un nouveau logiciel qui est celui de la liberté, donc c'est pas simple. Et puis neurologiquement, il faut retrouver ces

nouvelles sensations, ou de nouvelles sensations, parce qu'effectivement, tu te sens oppressé, tu étais contenu, et puis tu as des barrières qui sont ouvertes, et puis tu as retrouvé ton espace, ton image du corps que tu avais, dans un nouvel espace, c'est pas simple à gérer ça aussi. C'est une fatigue mentale !

Et si t'es pas accompagné, si t'as pas des mots qui sont mis là-dessus, pendant l'accompagnement et pendant la sortie, ça peut... Il faut anticiper ça. Parce que foutre quelqu'un en prison, c'est très facile, donc voilà, tac, c'est comme un peu l'anesthésiste qui endort le patient avant d'être opéré, facile, mais le réveiller, c'est plus compliqué. Et la réinsertion, c'est la même chose, et le grand problème aussi de la prison, je vous l'ai pas dit, c'est l'habitude ! On s'habitue d'être en prison. Donc c'est pour ça que moi j'ai vu pendant ma détention, des gars partir pour toujours revenir, donc en 26 mois, parfois, je revoyais 10 fois le même gars, en fait. Et moi, je l'ai vu après pendant mon accompagnement, parce que moi je faisais la différence, j'espère en tout cas, et donc voilà, parce qu'effectivement, il y a quelque chose qui n'est pas opérant là-dedans, et... Pourquoi je te parlais de ça ? Ah oui, oui, donc s'habituer, effectivement, le grand problème, tu vois la grenouille, le symptôme de la grenouille, donc moi c'est pour ça que moi je plaide pour des peines très courtes, donc un arrêt dans le trajet délinquant pour un peu secouer ce gars et puis rebondir, et donc, parce que sinon le gars s'habitue, et quand il s'habitue, c'est comme la grenouille, l'eau chaude, il saute, l'eau froide, donc la grenouille ne se rend pas compte qu'elle est cuite en fait. Et c'est un peu ça le danger de la détention et les autres peines, c'est qu'on finit par s'habituer et à trouver ça normal, et donc on devient institutionnalisé, etc, donc c'est compliqué.

Moi, et par exemple, pendant les deux ans, heureusement, moi je travaillais, sinon j'aurais été institutionnalisé en fait. Et c'est encore plus brutal par rapport à la société et le choc est encore, ouais... Parce qu'on est des êtres sociaux et parce qu'on a besoin de mouvement, etc, dans la tête, et que je te dis, l'enfermement, par définition, ça te presse pas l'esprit, moi je l'ai vécu, ton cerveau fonctionne autrement quand t'es détenu hein. Et quand tu vas être libéré, comment tu anticipes ça parce que tu regardes les choses autrement, aussi hein, à partir de ce prisme-là, d'ailleurs, puisque tu es enfermé. Et donc, ça veut dire qu'il n'y a pas de possibilité. Alors que, oui, il y a des possibilités, mais il faut les anticiper, il faut les préparer, enfin voilà, mais comme le cerveau a été confiné aussi, pendant la détention, il faut rééduquer ça en fait. Et si tu ne rééduques pas ça ... Et c'est ça, pour moi, la réinsertion, c'est pour ça qu'on ne réinsère pas en Belgique, et ça devrait se faire, ce travail devrait se faire en prison.

I : Il y a aussi beaucoup le statut criminel qui reste, même après la peine, alors que la peine est...

D : Oui, ben oui, le casier judiciaire tout ça, donc, sauf que maintenant, il y a des parades à ça, mais c'est vrai que, là, aussi, le gars, enfin, c'est une perte de confiance, donc, il n'a déjà plus confiance en lui, et on lui dit qu'il aura encore moins de chance de s'en sortir, parce qu'il a un casier judiciaire. Heureusement, maintenant, ça a évolué mais ça reste problématique pour certains, et ça reste aussi une excuse pour certains, aussi, hein, soyons clairs, hein, mais c'est pas simple. Mais par contre, ça veut dire qu'il doit activer ses chances à lui et saisir ce qu'on peut lui offrir aussi parce qu'il a aussi sa part de responsabilité hein.

Pour moi, c'est du 50-50, il y a la société qui a sa part de responsabilité, mais lui, aussi, il a 50%, et lui, il va faire un travail, à la limite, un peu plus poussé que celui de la société, et heureusement qu'il y a des gens qui font du social, qui viennent faire ça, mais lui aussi doit prendre sa responsabilité à un moment donné, je veux m'en sortir ! Sinon, ça marche pas, parce que sinon, il se laisse sombrer dans une apathie qu'est la prison, et ça, c'est le plus grand danger, c'est de s'habituer.

I : Je voulais peut-être vous demander, aussi, pour finir, comment... Donc avec le recul, avec votre vécu, même votre expérience professionnelle, la façon dont la société voit les anciens détenus, comment vous le percevez ? Est-ce qu'il y a des phrases, parfois, qui vous énervent, ou est-ce que...

D : Ouais. Alors, un des grands problèmes, ici, par exemple, moi, quand tu tapes mon nom X, peut-être que tu l'as déjà vu, il y a plein d'articles de presse, et tout ça. Tu as vu ça ?

I : J'ai tapé votre nom pour trouver vos coordonnées, oui...

D : Voilà. Et alors, je sais pas si t'as remarqué, en fait... Alors c'est pas sur mes articles, mais quand on parle... En fait, on ne parle jamais de détenus qui s'en sortent, en fait. Et donc moi... Quand j'ai écrit mon livre, j'ai certains collègues, enfin plutôt anciens collègues qui m'ont contacté effectivement. Parce qu'ils l'apprenaient, que j'avais fait de la prison, voilà. Donc... Et ils me demandaient pourquoi je n'avais rien dit, à ce moment-là, moi j'avais envie de leur répondre, enfin je leur disais qu'ils ne m'avaient jamais rien demandé. Mais c'était des anciens collègues mais donc voilà. Et certains articles... J'ai vu certains articles qui

prétendaient parler de mon livre, puis effectivement, je voyais plutôt de la curiosité mal placée ou des réflexions vraiment... Après, aujourd'hui ça me passe au-dessus mais pour des petits jeunes, c'est très compliqué hein, c'est pas simple.

(...) Donc, et moi j'ai fait la visite, et puis il y a eu plein de trucs, et puis on s'est intéressé à ça, et moi depuis toujours, je plaide pour qu'il y ait des experts du vécu, parce qu'au Canada et dans d'autres pays, ça se fait partout dans la toxicomanie, j'ai des personnes âgées, j'ai des handicapés, pas chez les détenus, les gens ont peur de mettre des détenus comme experts du vécu, alors qu'ils ont des choses à apporter avec un problème social. Et donc moi finalement, je le suis depuis très longtemps, finalement. Ici, c'est devenu la mode, l'histoire de vie, ça n'existe aucun autre depuis 30 ans. Et donc tout ça pour dire qu'ici, le problème, c'est qu'on ne parle jamais des gens qui se sont réinsérés. C'est comme si ça n'existait pas. Et quand on parle de la délinquance, de la réinsertion, c'est toujours en termes négatifs. On n'offre jamais des monnaies de réussite crédible. Comme si on regardait l'image du criminel très négative. Voilà.

Et ça, c'est parce qu'il y a une culture des faits ici, en Belgique et en France, tout simplement. Et qu'évidemment, ça ne rapporte pas bien du pognon là-dedans. Et c'est bien ça le problème, alors qu'ailleurs, c'est le contraire. On investit, on ferme des prisons ailleurs. Et donc là, par exemple, on n'a jamais des monnaies de réussite crédible à ce genre-là, parce que contrairement à... Ben ouais, justement, on parlait de la stigmatisation, comment se fait-il que dans d'autres métiers, donc par exemple, les instituteurs là maintenant, ou les professeurs, tu as maintenant des profs de toutes les cultures, en fait. Avant pas. Et paradoxalement, dans les services d'aide aux justiciables, en fait, sans vouloir être méchant, il n'y a que des blancs qui travaillent là. Tu ne verras jamais un maghrébin ou un gars qui s'est perdu. Voilà, il n'y a pas de représentation. Alors, le gars qu'on accompagne, ce serait intéressant qu'il ait un modèle de réussite crédible dans lequel il puisse vivre, en se disant « Si lui l'a fait, pourquoi pas moi ? » C'est ça, l'intérêt. Et ça, dans tous les métiers, la police, tu as ça, les pompiers, tout ça, c'est mixte. Mais par contre, paradoxalement, dans les services d'aide aux justiciables, il n'y a pas d'anciens détenus. Tu vois ? À part moi. Et peut-être qu'il y en avait un, parce que c'est une copine qui a pris, et je lui ai assuré, d'ailleurs, sa supervision pendant le truc. Enfin, voilà.

Et moi-même, j'ai encadré des détenus. Donc, j'étais un des premiers. Les gens m'ont dit « T'es fou », mais ils ne savaient pas qu'à ce moment-là, moi j'étais un ancien détenu aussi. Parce que moi, je l'avais dit il y a 30 ans. Et là, quand j'ai écrit mon livre, je l'ai annoncé, comme je vous disais tantôt. Parce que, effectivement, c'était l'occasion de le dire. Les gens

me voyaient comme un travailleur social. Là, alors, ils disaient « Allez, le type a fait la prison ». Mais moi quand j'ai été engagé, c'était il y a 34 ans. Et puis, comme je l'ai dit une fois, il n'y avait pas de raison de le dire maintenant. Puisque moi, j'avais déjà réglé ça il y a 34 ans. Donc, moi, le premier employé qui m'a engagé, je lui ai dit. Et puis, après ça, j'ai été engagé par un autre et ce n'était pas utile de le dire donc je ne l'ai plus dit. Et là, je l'ai dit parce que j'avais un père aidant qu'on engageait et qui était dans la difficulté. Sinon, je ne l'aurais pas dit. Et puis, il s'est rendu compte. Je lui ai dit « Écoute, il est peut-être temps de le dire ».

I: Vous n'avez pas eu de mauvaise réaction ? Est-ce qu'il y a des gens qui ont parfois mal réagi ?

D : Sans doute... Sans doute qu'il y a des gens que j'ai connus, qui ont appris, qui m'ont fait « Ah, merde ». Ça en a choqué quelques-uns. Et par contre, des gens avaient des messages en disant « Écoute, on ne savait pas ça, machin ». Bon, ce n'était pas... Quel est l'intérêt de dire ça ? Et en plus, il ne faudrait pas croire hein. Moi, je ne suis pas fier d'avoir fait la prison. Donc, il n'y a aucune fierté à ça. Certains disaient "Ah oui, mais tu devrais être fier". Non, je ne peux pas être fier. Je n'ai pas rêvé d'aller en prison. Alors, si je suis fier, peut-être, c'est d'abord essayer de faire quelque chose. Ça peut être bien. Et encore, il n'y a aucune fierté à avoir fait la prison. Et donc, voilà. En tout cas, s'il y a une fierté, c'est d'essayer de faire quelque chose de ma vie. Ça, peut-être que je peux être fier de ça. Voilà, sur la pointe des pieds, quoi.

Et là, maintenant, effectivement, j'ai... J'ai eu des gens qui ont appris ça quand j'ai publié mon livre. Il n'y avait aucun intérêt pour me raconter mon histoire, parce que j'avais déjà fait avant. Et puis là, maintenant, effectivement, il y a eu ce livre, ceci, enfin, voilà, des rencontres qui m'ont permis, maintenant, à 58 ans, on y va, et si ça peut aider, je le fais. Et puis, voilà j'imagine qu'il y a des gens qui ont été... qui ne savaient pas. Parfois, certains m'ont dit « On s'est toujours demandé pourquoi tu étais investi, maintenant, on comprend mieux ». Et puis « Qu'est-ce que j'ai eu ? » Et puis, il y avait des gens qui avaient entendu vaguement, mais qui ne savaient pas. Et puis, il y a eu Internet à un moment donné. Donc, voilà, il y a des gens qui se sont peut-être... Et moi, je n'ai jamais cherché à cacher ça au niveau d'Internet, parce que j'aurais pu l'écrire à Google en disant « Vous menlevez ça ». Et puis, voilà, je n'ai jamais fait, parce que je suis plutôt à l'aise avec ça. Sauf qu'il n'y avait pas de nécessité à le faire, si ce n'est que quand j'ai été engagé une première fois il y a 35 ans. En fait, c'est la première fois qu'on sort de prison, ce qui est important de le dire après. Tu

n'es pas obligé de le dire à tout le monde. De toute façon, c'est privé... Je termine vite pour l'autre rendez-vous...

I : Pas de souci ! Merci beaucoup !

D : Bah voilà !

Annexe 7 : Retranscription entretien 5

I : Intervieweur

D : ancien Détenu

I: Ben donc je me présente je m'appelle Zoé Morsomme. Je suis à l'université et je fais un travail sur l'impact que les stéréotypes et la stigmatisation de la société peut avoir sur les anciens détenus, donc sur le bien-être un peu psychologique, etc. Je ne sais pas si vous voulez commencer directement, si vous avez des questions ... ?

D : Oui, oui, on peut commencer.

I : Est-ce que vous pouvez déjà, pour un peu introduire, me présenter dans les grandes lignes votre parcours, votre passage en prison, etc. ?

D : J'ai eu un accident de voiture et j'ai tué quelqu'un, j'ai fait dix ans de prison, mais c'est avec une voiture volée.

I : Et est-ce que vous pourriez me parler un petit peu de votre expérience carcérale, comment vous l'avez vécu ?

D : Au début mal, les trois premières années c'est les plus durs, après c'est comme si j'étais chez moi, j'avais tout, c'est comme si j'étais à la maison, à part que je n'avais pas la liberté, c'est tout. Sinon j'avais tout, mais c'est pas la liberté. On s'habitue à la longue, on n'a pas le choix quoi...

I : Et est-ce que vous pourriez me décrire l'approche de votre sortie, comment vous vous imaginez, est-ce que vous étiez inquiet, est-ce que vous aviez hâte ?

D : Moi j'ai été libéré une semaine avant, donc j'ai pas eu le temps d'être inquiet, j'ai été libéré du jour au lendemain. Ils m'ont appelé, ils m'ont dit « Si tu sors demain, tu fais quoi ? », je dis « Bah je rentre chez moi », et ils m'ont dit « Bah alors demain tu sors », moi je devais encore rester une semaine. Maintenant ils avaient besoin de place, alors ils m'ont lâché.

I : Et comment vous l'avez vécu cette sortie ?

D : Bah j'ai eu dur au début, c'est... Au début, ce que j'ai eu dur, c'est la foule, les gens, beaucoup de gens autour de moi, je supportais pas, parce que j'étais pas habitué, j'étais tout seul en cellule, j'allais une heure, deux heures par jour dehors au préau, c'est tout. Quand j'avais la foule, et la vision au long... Comment on appelle ça ? L'horizon ! J'avais mal aux yeux quand je voyais l'horizon.

I : Ça, ça vous a frappé ?

D : Ouais, ouais. Et tout ça a changé, la ville a changé, après dix ans, beaucoup a changé, je connaissais pas la gare comme elle est maintenant. J'ai connu l'ancienne gare, moi. Il y a beaucoup de choses qui ont changé.

I : Et vous étiez dans quelle situation quand vous êtes sorti ? Vous avez encore de la famille ?

D : Ma mère, mon père, mes frères et sœurs.

I : Et donc c'est là que vous êtes retourné ?

D : Non. Je suis venu, je suis sorti ici à Charleroi, je suis resté deux jours dehors, dans la rue, dans un centre, et après j'ai loué un studio.

I : Et est-ce qu'il y aurait un épisode ou une anecdote ou quoi qui vous aurait marqué pendant votre incarcération ?

D : Oui, il y a un truc qui m'a marqué, c'est que quand j'étais à Tournai, je gagnais plus que les surveillants. Parce que j'étais... Oui, je gagnais plus après une semaine, ils ont même été fâchés parce que mon salaire était plus élevé que leur salaire. Parce que j'étais moniteur, alors j'avais du travail dans les cellules et dans les ateliers, et moi je prenais un pourcentage de tous les travaux. Alors je gagnais plus de 1 000 euros, enfin, à l'époque c'était pas en euros, mais j'avais gagné plus de 40 000 francs par mois. Ils étaient pas contents les surveillants. J'ai gagné plus qu'eux et j'étais en prison.

Z : Et donc vous travaillez en prison dès le début ?

D : Ouais, dès le début, ouais. Après les premiers 6 mois, j'ai commencé à travailler direct parce que j'avais pas de visite, j'avais rien. Ma mère était trop âgée, mon père était malade, et j'avais pas de visite. Et je voulais pas de visite, de toute façon.

I : Ça ne vous intéressait pas ?

D : Non, ça m'intéressait pas.

I : Pour quelles raisons ?

D : Je suis solitaire, j'aime bien d'être seul.

I : Okay. Donc, à votre sortie, est-ce que vous savez me décrire les premières semaines ? Comment vous avez retrouvé votre vie ?

D : Ce que j'ai fait, c'est que j'ai été au CPAS et 15 jours après, je travaillais. J'ai fait un article 60. Ils m'ont donné un article 60, après 15 jours que j'étais libéré. J'ai fait un article 60. J'ai pas terminé ce que j'ai fait 7 mois. Après, j'avais une... Je pouvais mettre en sous-traitance. J'ai eu une petite non-sous-traitance et ça a pas marché. Enfin, pour finir, je suis retourné au CPAS. Et j'ai refait un article 60. Moi, j'ai toujours travaillé depuis que je suis sorti.

I : Et ça, c'était important pour vous ?

D : Ouais, ouais, ouais. Pour moi rester à rien, ça servait à rien.

I : Est-ce qu'il y a des choses qui ont été plus difficiles que ce que vous imaginez ? Quand vous imaginez sortir de prison, est-ce que vous aviez certaines attentes ?

D : Ce qui est dur, c'est le regard des gens. Parce que j'ai quand même tué quelqu'un. Le regard des gens. Et après 10 ans, ils m'ont pas oublié hein... Ça a été dur. Les gens, même que j'entendais quand j'entrais quelque part, j'entendais chuchoter, qu'ils parlaient de moi. Ils disaient « Ouais, celui-là, il a fait ci, il a fait ça ». Et ça, c'était difficile... Voilà.

I : Et ça vous procurait quoi ?

D : J'avais... J'avais envie de frapper.

I : Ça vous énervait ?

D : Ouais. Mais je disais rien. Et c'était dès le début... Dès le début, ouais. Directement, ça a été... J'ai eu un... Comment on dit ? Une étiquette sur le front.

I : Et ça, vous avez l'impression que vous l'avez encore ?

D : Oui, je l'ai encore maintenant. Même avec la police, maintenant, je l'ai encore.

I : Ah oui. Et c'est dans quelle situation de votre vie que cette étiquette... Vous avez l'impression que ça sort le plus souvent ? Vous avez l'impression que c'est tout le temps là ?

D : Surtout quand je vais à la commune. Les policiers, la commune, tout ça, c'est vrai. Je vois leur regard, déjà, qu'ils savent bien. Surtout la police... Ils font pas les mêmes choses qu'avec un autre. Ça, je le vois bien direct.

I : Comme quoi, par exemple ?

D : Moi, directement, c'est les papiers, fouillé. Les autres, non.

I : Et ça, vous le vivez comment ?

D : Ben, mal. Surtout s'il y a quelqu'un à côté de moi que moi, je suis fouillé, que lui, non.

I : C'est un sentiment d'injustice ?

D : Ben ouais. C'est pas juste... Comment ça moi je suis fouillé et lui non ?

I : Vous sauriez me décrire un peu ce que vous ressentez quand... ?

D : De la haine... De la haine envers la société, parce que moi, j'ai payé ma dette. Ma dette, elle est payée. En plus, j'étais à fond de peine. Ma dette, elle est payée. Je comprends pas pourquoi on m'en veut encore pour ça. La police, elle m'en veut encore hein... Je le sais, je le vois direct. Je le sens fort. Quand ils me voient... Je le vois, chaque fois qu'ils me croisent, ils s'arrêtent de toute façon. Chaque fois qu'ils me voient dans la rue, dans le quartier, ils s'arrêtent. Je suis contrôlé. Pourtant, ils savent qui je suis. Ben, ils m'arrêtent quand même.

I : Peut-être que ça vous fatigue un petit peu ?

D : Ouais... J'en ai un peu au-dessus de la tête.

I : Et vous avez d'autres situations ? Vous avez l'impression que vous avez cette étiquette, où vous le voyez tout de suite ?

D : Non... Il y a des gens qui ont été très gentils avec moi. Même des qui voulaient m'engager, mais il y a eu un problème, sinon j'étais engagé là-bas.

I : Au niveau de l'emploi, vous n'avez pas eu de soucis ?

D : Non, parce que j'ai travaillé beaucoup en noir... Ouais, j'ai travaillé beaucoup en noir et je mets au courant. Moi, je préfère parce que je n'aime pas le cacher. Je mets au courant à tout le monde, ce que j'ai fait. Je dis « Voilà, moi, j'ai fait autant de prison, j'ai fait ça », maintenant, c'est bon. Je préfère dire directement. Même ici, je l'ai dit direct aux gens que je suis en formation. J'ai dit, voilà, j'ai fait autant de prison. Je préfère que ça vienne de moi que ça vienne de quelqu'un d'autre.

I : Est-ce que vous avez l'impression que les gens changent quand ils apprennent l'information ?

D : Ici, franchement, il n'y a personne qui a changé. Au contraire, ils m'ont soutenu. Ici, franchement, même les gens qui sont en formation, ils n'ont pas été négatifs avec moi.

I : Okay. Et par exemple, vous dites que vous avez trouvé assez vite un studio. Ça, ça n'a pas posé de soucis ?

D : Non, parce que je n'ai rien dit. Je ne l'ai pas dit. Sinon, ça aurait été plus difficile je suppose. Enfin peut-être non parce qu'il y en a beaucoup ici à Charleroi. Mais autre part, peut-être bien. J'ai dur à avoir une maison de cité, comme tu vois. Ça, j'ai dur. Ça fait presque trois ans que je suis inscrit et j'ai encore rien.

I : Est-ce que vous avez... Enfin, je reviens un tout petit peu en arrière. Est-ce qu'il y a des choses que vous imaginez en prison, quand je vais sortir, ça se passera comme ça, et ça ne s'est pas du tout passé comme vous le pensiez ?

D : Non, non, parce que je suis sorti du jour au lendemain. Je ne pensais même pas sortir. Mais des fois, je me dis que... Au début, quand je suis sorti, je me disais que j'étais mieux en prison que dehors. Au début, oui, parce que le cadre... Je ne sais pas. Je me sentais mieux en prison que dehors, au début. Maintenant, non hein. Mais au début, je voulais même y retourner. Parce que je me disais que je suis mieux là-bas. Parce que question papiers, c'est-à-dire qu'ils s'occupaient de tout. Au début, quand je suis sorti, j'attendais genre une porte

qu'on ouvre, moi. Je n'ouvrais pas la porte moi-même. J'attendais qu'on m'ouvre. Parce que j'avais plus l'habitude d'être... D'ouvrir une porte.

I : Vous ne vous sentiez plus exactement dans la société ?

D : Non, ça a duré 3-4 mois quand même. Après, j'ai commencé à rencontrer des gens, tout ça.

Z : Est-ce que vous avez l'impression que... Donc, si on repart sur l'étiquette, est-ce que vous avez l'impression qu'à un moment, vous vous êtes dit « Ben voilà, ça, c'est devenu un peu moi ». Est-ce que ça a changé votre identité ? Vous avez réussi à dissocier...

D : Oui, je le dissociais. Mon passé, c'est mon passé. On me reproche encore maintenant. Il y a des gens qui me le reprochent encore maintenant... Ben, je leur dis, moi ma dette, je l'ai payée. Je leur dis puis c'est tout. Et puis, si on ne leur plaît pas, c'est le même prix.

I : Ça va, vous arrivez quand même à mettre un peu de distance ?

D : Non, non, question de ça, non. De toute façon, je suis rôdé, alors. Mais au début oui ! Les regards des gens, de la police... Au début oui...

I : Est-ce que, si par exemple je vous parle de votre estime de vous-même, est-ce que vous avez l'impression que ça l'entachait ?

D : Mon estime, non. Non, parce que c'est un accident. Je n'ai pas fait exprès, moi. C'est un accident. Ben oui, je n'ai pas voulu le tuer le garçon, là. Ça tombe là comme ça.

I : Et donc, vous diriez que c'était quoi votre ressenti principal, quand vous entendiez des remarques ou des regards ?

D : Je partais. Quand je voyais loin, je partais. Je faisais semblant de rien, je partais. Ou je ne parlais pas, je ne disais rien. Je ne disais rien ou je partais. Je m'en allais. C'est pour ça que je suis solitaire.

I : Vous préférez garder pour vous, ce genre de choses ?

D : Oui, oui.

I : Et vous aviez vos parents, en tout cas ?

D : Oui, j'avais mes parents à l'époque, oui. Mais je ne leur parlais plus. Pendant que j'étais en prison, ils n'ont pas accepté que j'étais en prison. Ils ne venaient pas me voir. Mais une fois que j'ai sorti, ça a changé. Mais au début, tout le temps en prison, une fois, ils sont venus. Ils avaient du mal à... Les gens qui ont pu leur reprocher ce que j'avais fait. Tous les voisins et tout ça, ils disaient « Ouais, ton fils... » On leur faisait des reproches.

I : Et ça, ils l'ont vécu comment, vous avez l'impression ?

D : Je ne sais pas, parce que je n'étais pas là, mais à mon avis mal. Surtout ma mère.

I : Est-ce que vous avez l'impression que cette expérience, que ce soit l'incarcération ou les stéréotypes qu'on peut vous attribuer, est-ce que vous avez l'impression que ça a un effet sur la façon dont vous vivez aujourd'hui ou la façon dont vous êtes aujourd'hui ?

D : Oui, oui. J'essaye d'éviter les problèmes, beaucoup. Avant, je ne me laissais pas faire. Maintenant, quand j'y vais, j'évite les problèmes. Je fais attention, je me méfie... Maintenant, quand je vais au magasin, je prends tous les tickets. Oui, c'est ça. Il faut avoir des trucs de tout. J'ai des nouveaux réflexes que je n'avais pas avant.

I : Ça vous embête d'être devenu comme ça, méfiant ?

D : Non. À l'heure actuelle, il faut être méfiant, de toute façon, avec tout ce qui se passe. Il faut être méfiant.

I : Est-ce que vous avez l'impression que, de votre manière d'agir avec les autres, vous diriez que c'est la méfiance, principalement, qui a changé ?

D : Je suis gentil avec tout le monde, maintenant. Avant, j'étais méchant. Maintenant, je suis gentil avec tout le monde. J'aime bien aider les gens, maintenant. Ça, j'ai appris ça en prison ! J'aime bien aider les gens. Puis j'ai travaillé très vite, ça m'a permis de développer ça

I : Et est-ce que, du coup, moi, je m'intéresse à l'impact que les regards des gens peuvent avoir sur votre bien-être ? Est-ce que vous avez l'impression que...

D : Ça ne me touche pas. Au début, ça me touchait. Maintenant, ça ne me touche plus. Mais au début, ça me faisait mal. On me prend pour un meurtrier, carrément. On m'a insulté de meurtrier une fois. On m'a dit... On m'a insulté d'assassin. Ça, c'est des mots forts, très forts, même. Surtout que c'est involontaire. Je n'ai pas voulu le tuer, moi, cet homme.

I : Et vous vous sentiez comment quand on vous mettait ces mots-là ?

D : J'avais la colère. J'avais envie de... Mais je ne pouvais pas. Ça, c'était dur. Oui... Mais c'est pour ça je suis solitaire. Je préfère.

I : Est-ce que vous avez quand même des amis ? Vous avez retrouvé des gens ?

D : Oui, quand même un petit peu. Mais pas beaucoup. Je trie. J'ai trié les gens que je veux plus voir, et les gens... Ici, maintenant, je suis plus souvent avec mon frère. Mon frère, il n'a jamais été en prison et il a jamais rien fait, casier judiciaire vierge.

I : C'est votre seul frère ?

D : Non, j'en ai... J'ai deux frères et j'avais une sœur. Elle est décédée. Et je suis proche d'un de mes frères. J'habite chez lui, c'est bien simple.

I : Qu'est-ce que vous diriez qui vous a le plus aidé à avancer lors de votre sortie ?

D : Travailler. Travailler. Ça, c'était très important. Travailler, ça m'a fait avancer. Parce que... Je travaillais, je pensais à plus rien. Je pensais qu'à mon boulot. En plus, je voulais faire des heures supplémentaires tout le temps. J'ai même fait du bénévolat au CPAS. J'ai travaillé comme sableur. J'aimais bien.

I : Vous avez travaillé combien de temps là ?

D : 10 ans. Mais en noir, hein. Et encore, je travaillerais toujours là si le patron n'était pas décédé. C'est parce que le patron est décédé, tout le monde serait encore chez lui. C'était mon travail, j'y allais tous les jours. Et après, j'ai fait mes articles 60, après. Oui... Après, j'ai fait un article 60 au CPAS, comme ouvrier polyvalent. Après, j'ai fait des formations, formation peinture. Et maintenant, je suis ici.

I : Et vous n'avez jamais eu de temps mort ?

D : Un petit peu, oui. Mais les temps morts que j'ai eus, ce n'était pas bien pour moi parce que, comme je suis un ancien toxicomane, je retombais... Quand je restais à rien, je reprenais de la drogue et ça, ça ne m'allait pas. Donc, c'est pour ça aussi le travail. Les temps morts sont vraiment difficiles, oui. Quand je ne viens pas ici à la formation, quand on a une semaine

de congé, c'est trop long pour moi. C'est long pour moi, c'est trop long. Ce sont des habitudes qui reviennent vite...

I : Est-ce qu'il y a des personnes qui ont été soutenantes au moment de votre sortie ?

D : Oui, mes frères... Enfin, mon frère. Je suis chez lui maintenant. Lui, il m'a soutenu, il m'a beaucoup aidé. C'est bien simple, c'est lui qui fait tous mes papiers, parce que moi je ne sais pas pas utiliser un ordinateur hein. C'est lui qui fait tout... S'il n'aurait pas été là, je serais là, à la rue. S'il serait pas là, je serais à la rue, je serais SDF. Maintenant, s'il ne serait pas là, je serais à la rue et probablement en prison...

I : Donc on peut dire que ça a été un vrai pilier...

D : Ah, oui, oui, il le sait bien, de toute façon. Il le sait bien, je lui ai déjà dit. Mais avant, il n'était pas comme ça, c'est quand je suis sorti. Avant, c'était le contraire. Il ne voulait pas me voir...

I : Et si vous deviez avoir un regard, une petite analyse sur comment la... Là, je parle de vous, mais vous pouvez aussi prendre des expériences, je ne sais pas, de collègues ou quoi, qui ont vécu aussi un passage en prison. Comment est-ce que vous diriez que la société traite les anciens détenus ou les gens qui sont passés par la délinquance ?

D : Ça dépend ce qu'ils ont fait aussi. Les faits changent beaucoup. Les faits, si tu as fait quelque chose de grave, ils vont être plus indulgents avec un voleur qu'avec un assassin ou avec un pédophile. Il y a plus de critiques, il y a plus de... Voilà... Mais ici, ils ne jugent pas, ici, j'ai remarqué. Ici, il n'y a pas de jugement. En plus, ils l'ont dit de toute façon, qu'ici, on va jamais être jugé, c'est tout. Presque un an que je suis en formation et j'ai jamais été jugés. Au contraire, j'ai été soutenu.

I : Est-ce que vous avez rencontré des gens qui ont eu des expériences fort négatives au niveau des stéréotypes que des gens les ont insultés ou les ont refusés du travail ?

D : Moi, on m'a déjà refusé du travail, refusé de m'engager parce que j'avais fait de la prison. Même le logement communal, on m'a déjà refusé aussi à cause de la prison. Parce que moi, j'ai regretté que quand on m'a demandé un logement, fallait le bonne vie et mœurs hein.

I : Et ça, vous l'avez vécu comment ?

D : Ben, mal... J'étais déçu parce que j'étais compétent, en plus. J'avais les compétences, parce que quand même que j'ai servi depuis 10 ans, j'ai sablé. Maintenant, je fais ça les yeux fermés... Mais non, je ne les intéressais pas parce que j'avais fait de la prison. Mais je les comprends aussi, parce qu'on va chez les gens et tout, je comprends un petit peu aussi. Parce qu'on va chez les gens et tout, c'est jamais...

I : Mais ça vous frustrait un peu qu'ils ne jugent pas vos compétences mais ils jugent votre passé ?

D : Voilà, exactement ! Ils m'ont pas parlé, ils n'ont pas jugé mes compétences, ils ont juste jugé mon passé.

I : Et ça vous est arrivé une fois ?

D : Une fois, oui. Après, j'ai travaillé qu'en noir moi. Je voulais signer un contrat indéterminé, j'ai jamais eu...

I : Okay. Si vous deviez faire... Je ne sais pas, si vous deviez dire... Vous avez l'impression que c'est quoi la plus grosse croyance que les gens ont sur les anciens détenus ? Je parle des gens qui ne sont jamais passés par là.

D : Qu'ils ne savent pas... qu'ils ne vont jamais se réinsérer. Les gens, ils croient que je vais... Ils vont me dire « Ouais il va retomber, il va retomber », mais je suis jamais retombé. Enfin, j'ai été recondamné une fois mais... Quand on m'a recondamné, j'étais retombé dans la drogue et j'ai revendu un peu de drogue et j'ai repris deux ans. Mais maintenant là, pendant dix ans... Plus que dix ans, presque vingt ans... Rien, non !

I : Et donc là vous avez l'impression que les gens n'étaient pas encourageants envers vous ?

D : Non, pas du tout. Et ça on ressent fort. Et même, des fois quand je voulais rentrer dans une soirée, on ne voulait pas me faire rentrer. Ah oui, à cause de ça. Surtout dans mon quartier, les gens me connaissent bien. Comme j'ai vécu là-bas cinquante ans. Je suis là-bas depuis que je suis petit dans le quartier. On me connaît bien. Ils disaient « Vous direz à leur fille de ne pas me fréquenter, vous direz à leur enfant de ne pas me fréquenter »...

I : Mais ça entache un peu votre réputation...

D : Voilà, c'est ça. Moi, maintenant, ça me passe au-dessus, maintenant. C'est au début que c'était difficile. Au début, c'était difficile, maintenant, tu ne veux pas, tu ne veux pas. Tu vas pas gâcher ma vie hein...

I : Est-ce qu'il y a autre chose que vous pensez ?

D : Non, je ne pense pas. Non, c'est vraiment, beaucoup de gens pensent qu'on va pas se réinsérer . Il y a beaucoup de gens qui pensent ça. Mais je ne vois rien d'autre. Non, je ne vois rien d'autre.

I : Merci beaucoup pour votre temps !

Morsomme Zoé

Juin 2026

Comment la stigmatisation de la société affecte-t-elle le bien-être psychologique et la réinsertion des anciens détenus ?

Promoteur : Professeur Christophe Janssen

Alors que les débats autour de la prison se concentrent souvent sur la récidive, la sécurité ou les difficultés matérielles, ce mémoire cherche avant tout à mettre en lumière le vécu humain, émotionnel et identitaire des personnes confrontées au retour à la vie extérieure après une incarcération. Cette recherche vise également à questionner le regard porté par la société sur les anciens détenus ainsi que les effets de cette stigmatisation sur leurs parcours de réinsertion.

Ce travail repose sur une démarche qualitative basée sur cinq entretiens semi-directifs réalisés auprès de deux anciens détenus et de quatre professionnels travaillant dans l'accompagnement de cette population. L'analyse des témoignages, mise en perspective avec la littérature scientifique, a permis d'explorer différentes dimensions comme l'étiquette pénale, la détresse émotionnelle, la perte d'identité et de repères, le développement de la méfiance, les obstacles structurels liés au casier judiciaire, les stratégies d'adaptation ou encore l'importance du soutien social dans les trajectoires de réinsertion.

À travers ce travail, l'objectif est également de redonner une place à des paroles souvent peu entendues dans les recherches et dans l'espace public afin de proposer une réflexion plus humaine, nuancée et critique autour de la prison, de la stigmatisation et de la réinsertion sociale.