LES 12 CRITÈRES*

1 DORT DANS LA CHAMBRE PARENTALE

Il faut entendre que cela se produit tardivement, au-delà des âges habituels dans le milieu culturel de la famille.

2 PROXIMITÉ PHYSIQUE EXCESSIVE

Exemples : un·e jeune qui reste « collé·e » à sa mère, un père qui tient sa fille par la taille.

3 ATTENTION EXCESSIVE AU CORPS DE L'ENFANT

Exemples : un père qui insiste pour acheter les tampons hygiéniques de sa fille, une mère qui vérifie tout le temps les organes génitaux de son fils (le décalotte à chaque bain au lieu de lui apprendre à le faire lui-même).

4 PROMISCUITÉ

Proximité constante avec ses parents (voire avec l'ensemble des membres d'une même famille), indépendamment du faible espace privé du logement si c'est le cas, ou de la difficulté matérielle de s'isoler et donc des conditions socio-matérielles de la famille.

5 NON-RESPECT D'UN LIEU INTIME POUR LA TOILETTE DE L'ENFANT

Exemples : situation où le parent entre dans la salle de bain pendant que son enfant pré-ado / ado prend sa douche, absence de possibilité de signifier que la salle de bain est occupée et que l'espace devient momentanément privé.

6 NON-AUTORISATION À PENSER PAR SOI-MÊME

Exemples : impossibilité pour l'enfant d'avoir des opinions personnelles et de les exprimer, de pouvoir s'autoriser à verbaliser des pensées non congruentes à celles de ses parents, voire de leur confier ses soucis.

7 CONFIDENCE CONCERNANT LA VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE

Situations où l'enfant confie tout à ses parents, situations dans lesquelles il est leur confident. *Exemples : une mère qui fait part à sa fille de ses problématiques personnelles, y compris intimes, concernant son père, et qu'elle attend de sa fille un rôle d'aide qui ne devrait pas être le sien.*

8 ATTENTION EXCESSIVE À LA SEXUALITÉ DE L'ENFANT

Exemples : quand un parent insiste pour être au courant de la sexualité de son enfant/ado, ou simplement quand il montre trop d'intérêt à cet endroit.

9 CONFUSION DES PLACES

Familles où la différenciation des sujets, des genres et des générations est brouillée *Exemples : un père qui partage ses inquiétudes avec son fils concernant des conflits entre adultes, un·e jeune qui va régler les comptes pour son père en allant jusqu'au conflit physique avec d'autres adultes, un·e jeune qui se soucie de manière excessive de la santé physique, du bien-être de son parent, au point de culpabiliser ou de se dévaloriser s'iel ne parvient pas à l'aider, une mère qui a des comportements d'adolescente quand son enfant devient lui-même adolescent.*

10 EXHIBITION

Comportements d'exhibition sexuelle ou de tout autre comportement inapproprié sur le plan sexuel mettant en scène un corps dénudé. *Exemples : parents qui se promènent nus dans la maison, adeptes du naturisme.*

11 SEXUALITÉ PAR PROCURATION

Parents qui vont tenter de vivre une forme de sexualité à travers celle de leur ado. *Exemples : une mère qui induit des rencontres, oriente les choix de sa fille sur sa vie amoureuse.*

12 INTRUSION DANS L'INTIMITÉ

Absence ou insuffisance d'espace physique ou psychique entre les différentes personnes de la famille. *Exemples : parents qui rasent ou maquillent leur enfant, qui demandent constamment de connaître les détails de vie de l'enfant à l'école ou avec ses ami·es.*

INCESTUEUREUSES ON VOUS VOIT, SURVIVANT·ES ON VOUS CROIT

160 000

Chaque année, en France, 160 000 enfants sont victimes de violences sexuelles

3

L'inceste représente en moyenne 3 enfants par classe

1/10

En France, 1 personne sur 10 a été victime d'inceste

70%

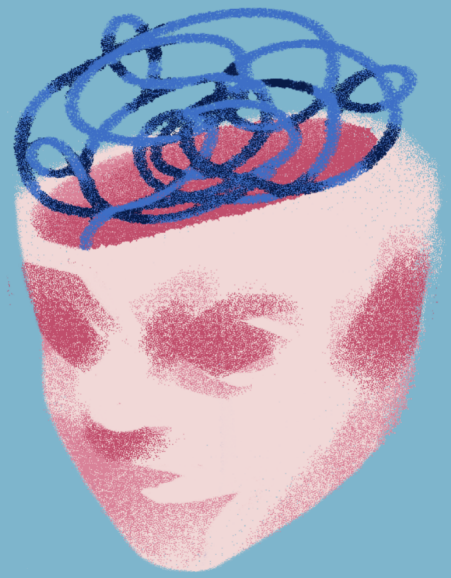
70% d'abus sexuels de l'enfant perpétrés dans le cadre familial

BIBLIOGRAPHIE ET RESSOURCES

- Bauchot, L. (2022). *L'inceste : cris et chuchotements - Incestitudes*. Éditions L'Harmattan.
- Berthon, A. (2026). *Incestuelle la vie.* https://www.amazon.fr/dp/B0HMZ99BP6
- Cée, C. (2024). *Ce que Cécile sait. Journal de sortie d'inceste*. Éditions Marabout.
- Dussy, D. (2021). *Le berceau des dominations. Anthropologie de l'inceste*. Pocket.
- Mansuy Gotta, C. (2026). *Paye ton climat ! Comprendre l'emprise du climat incestuel pour mieux s'en affranchir.*
- Moltrecht, B., Aymeric, S., Sautiere, E., Koenig, D., Arnault, E., Rusch, E., Courtois, R. (2019). Climat incestuel : proposition d'objectivation des critères de définition à partir de jeunes orientés en institut thérapeutique, éducatif et pédagogique (ITEP). *Neuropsychiatrie de l'Enfance et de l'Adolescence. Volume 67. Issue 2.* Pages 81-88. https://doi.org/10.1016/j.neurenf.2018.11.004.

- Bienaimé, C. (2025). *Climat incestuel : grandir sous la menace.* Un podcast à soi. N°61. https://www.arteradio.com/son/climat-incestuel-grandir-sous-la-menace
- Association SOS Inceste https://www.sos-inceste-violences-sexuelles.fr/
- CRIAVS (Fédération française des Centres Ressources pour les Intervenants auprès des Auteurs de Violences Sexuelles) https://www.ffcriavs.org/accueil/

* Lors d'une étude ayant pour objectif de mieux définir le climat incestuel, parmi les violences sexuelles, une équipe de chercheureuses a proposé douze critères permettant d'évoquer l'existence d'un climat incestuel (Meltrecht et al., 2019). Le groupe pluridiscplinaire chargé de l'étude a considéré l'existence d'un climat incestuel à partir de la présence de **minimum 2 critères** (faisant le choix de retenir un seuil relativement bas).



L'INCESTUEL

L'INCESTUEL, CE N'EST PAS L'INCESTE EN MOINS GRAVE

ANNETTE BERTHON - PSYCHOPRATICIENNE
(2026)

C'EST QUOI ?

L'incestuel, aussi appelé climat incestuel, ce n'est pas l'inceste en moins grave. L'incestuel fait partie des violences sexuelles, des maltraitances sexuelles, des maltraitances infantiles. L'incestuel est une forme d'inceste.

Le terme incestuel a été théorisé pour la première fois dans les années 90' par le psychiatre et psychanalyste Paul-Claude Racamier, qui le définit comme "*un climat où souffle le vent de l'inceste, sans qu'il y ait inceste.*" En fait, la notion d'incestuel réfère à "**un climat psychique et interactionnel qui porte l'empreinte de l'inceste sans passage à l'acte génital**, sans relation sexuelle véritable." (Moltrecht et al., 2019).

INCESTE MORAL

MEURTRE PSYCHIQUE

On pourrait évoquer une forme **d'inceste moral**, une relation de dépendance érotisée entre un parent omniprésent et son enfant. La relation s'accompagne dans tous les cas d'une absence de limites claires au sein de la famille, voire d'une confusion des places et elle peut aboutir d'une certaine manière à un déni d'altérité, une absence d'individuation de l'enfant (Moltrecht et al., 2019).

LES DIFFÉRENTES FORMES D'INCESTE

Deux types de violences sexuelles sont à distinguer (Bauchot, 2022) :

• **Les actes sans contact physique** tels que : exhibition, voyeurisme, prises d'images à caractère sexuel (films ou photos), contraintes à regarder du contenu à caractère sexuel, à écouter des propos sexuels.

• **Les actes avec contacts physiques** sans pénétration (masturbation imposée par un·e autre/sur un·e autre) et ceux avec pénétrations orales, anales et génitales.

LE CLIMAT INCESTUEL FAIT PARTIE DES VIOLENCES SEXUELLES

"Dans un climat incestuel, l'agresseur bombarde l'enfant de messages verbaux, de gestes, de mimiques, d'attitudes, de regards, de paroles et de postures sexualisés qui deviennent traumatisants dans la mesure où ils sont énigmatiques et incompréhensibles pour l'enfant. L'incestuel véhicule un sens et engendre une excitation sexuelle que l'enfant subit mais ignore du fait même qu'il est un enfant."

- Lionel Bauchot, psychologue clinicien

L'INCESTUEL EST UN CLIMAT, UNE AMBIANCE, UNE ATMOSPHÈRE PSYCHIQUE ET RELATIONNELLE CONFUSE, DÉCERVELANTE, LOBOTOMISANTE, GLAUQUE ET SEXUALISÉE QUI PORTE L'EMPREINTE DE L'INCESTE AVEC UN PASSAGE À L'ACTE DE NATURE PSYCHIQUE. L'INCESTUEL, C'EST UN INCESTE PSYCHIQUE, C'EST UN MEURTRE PSYCHIQUE.

"L'incestuel est un climat qui viole l'enfant en enduisant son corps d'un regard collant qui vient engluer son psychisme, son monde affectif et tordre la construction de son monde relationnel. L'enfant est comme vrillé de l'intérieur en devenant un objet de la sexualité de l'adulte avant même d'avoir pu construire la sienne. Il est l'objet du regard, des mots et de la curiosité sexuelle de l'agresseur, sans bornes et sans limites."

- Lionel Bauchot, psychologue clinicien

UN HUIS CLOS FAMILIAL

ABSENCE D'ALTÉRITÉ

LIMITES FLOUES

OBJECTIFICATION

INTERDIT DE PENSER

Tout se passe dans un domaine clos où l'extérieur n'a pas droit de cité. Le domaine de l'intérieur familial est totalement étanche au monde de l'extérieur et à ses références. (Bauchot, 2022).

Une véritable frontière s'établit à la porte du « *clan* ». À l'intérieur, tout est mélangé et confondu, à l'abri des regards [...] et au mépris de la loi. Les enfants sont privés d'insouciance. Ce n'est pas l'amour qui mène le jeu, contrairement à ce que certains adultes incestueux laissent croire, mais une absence ou une confusion d'amour. Tout est suggéré et il sera facile de dire à l'enfant qui tente de s'interroger, de s'opposer ou de se rebeller qu'il a l'esprit mal placé. (Bauchot, 2022).

SEXUALISÉ

CONFUSION

Les sentiments qui unissent les parents incestueux à leurs enfants ne sont pas chastes. **Plus rien ne fait sens, ou plutôt tout est sexualisé. L'adulte transforme et travestit le tendre en sexuel.** Il n'y a plus de repères stables pour l'enfant. (Bauchot, 2022). **Le parent qui est censé être une figure d'attachement devient insécurisant, incertain, trouble et glauque.**

L'incestuel, c'est le *Joncheruine* décrit par la famille Lovegood dans la saga Harry Potter : cette créature magique invisible qui entre dans les oreilles et qui embrouille le cerveau.

CONSÉQUENCES

Ces situations très ambiguës peuvent être tout aussi violentes et destructrices que l'inceste dans sa réalisation physique. (Bauchot, 2022). Ses conséquences se rapprocheraient de celles de l'inceste et correspondent bien à une forme de maltraitance infantile. (Moltrecht et al., 2019).