

---

## « Fear up, ego down » La torture psychologique

JEAN-ÉTIENNE DE LINARES, délégué général de l'ACAT

Depuis la fin de la Seconde Guerre mondiale, des méthodes sophistiquées de torture se sont développées. Elles n'agressent plus les corps de façon aussi directe et brutale que les coups, les brûlures ou l'électricité. Reposant sur des techniques de privation sensorielle, d'isolement\* prolongé, de destruction de l'identité, elles visent à soumettre les victimes en attaquant leur esprit. Au fur et à mesure de leur perfectionnement, elles ont pu être qualifiées de « lavage de cerveau », de « torture blanche » ou même de « torture propre ». Peut-être parce que les tortionnaires se salissent moins les mains. Le terme « torture psychologique » est aujourd'hui le plus utilisé.

La distinction entre tortures physiques et psychologiques n'est pourtant pas aussi tranchée qu'on pourrait le croire. D'abord parce que, l'esprit et le corps étant indissociables, toute agression contre le psychisme a des conséquences somatiques. Ensuite parce que, pour briser la volonté d'une personne, les deux types de techniques sont presque toujours associés. Aux tortures classiques, les bourreaux savent depuis longtemps ajouter les privations de sommeil, les simulacres d'exécution ou la détention dans des cellules sombres et minuscules. L'affaiblissement général qui en résulte vise alors à rendre les violences physiques plus insupportables encore. Quant aux diverses pressions mentales, elles ne peuvent être infligées sans que les victimes sachent que des agressions physiques peuvent s'exercer. Qui accepterait d'endurer les souffrances d'une station debout prolongée, sans la menace d'être sévèrement battu en cas de défaillance ? Un pistolet sur la tempe n'est terrifiant que si l'on est persuadé que la menace peut être mise à exécution.

Bien plus que par des différences techniques, la torture physique et la torture psychologique se distinguent par deux éléments spécifiques. Le premier vient du fait que pour la première fois dans l'histoire, en quelques dizaines d'années seulement, des techniques de torture ont été conçues, testées, améliorées, codifiées, avec une rigueur quasi scientifique. Le second, c'est que la torture psychologique est une forme de torture qui ne dit pas son nom. Une torture que les opinions publiques peuvent considérer comme acceptable.

## Historique

Au XVI<sup>e</sup> siècle, en Angleterre, Mathew Hopkins était « *witch finder general* ». Pour confondre les sorcières sans recourir à la question, interdite par la loi, ce juriste scrupuleux a mis au point d'autres méthodes. Les suspectes étaient affamées et devaient marcher sans trêve des jours durant. Pour les empêcher de dormir, les geôliers les enchaînaient dans des positions inconfortables et les secouaient brutalement au moindre signe d'assoupissement.

Hopkins était un précurseur isolé. Quatre siècles plus tard, dès les années trente, les Soviétiques seront les premiers à réinventer et employer ces méthodes de manière systématique et rationnelle. Pour obtenir des aveux corroborant les thèses officielles, les hommes du KGB et leurs prédécesseurs de la GPU et du NKVD ont utilisé sur une vaste échelle les privations en tout genre, les pressions psychologiques ou des psychotropes destinés à créer un état d'angoisse et de dépendance susceptible de briser la résistance des opposants. Les communistes chinois s'en inspireront pour rééduquer les « ennemis du peuple » et restructurer leur personnalité en vue de la rendre conforme aux exigences de l'idéologie officielle.

À l'issue de la guerre de Corée, les Occidentaux se sont inquiétés de ces techniques communistes de « lavage de cerveau ». Ils voulaient tout à la fois découvrir comment des soldats qui seraient faits prisonniers pourraient y résister et se doter des mêmes armes que leurs adversaires. Pour certains, les communistes étaient même capables de modifier radicalement les esprits, de reprogrammer en quelque sorte les cerveaux humains.

Des programmes de recherche furent initiés par la CIA. Baptisés *Bluebird* puis *Artichoke*, ils furent regroupés en 1953 sous l'appellation *MK-Ultra*. Ils étudièrent les effets de l'hypnose, des électrochocs, de la chirurgie psychiatrique et de substances chimiques ou hallucinogènes, comme le LSD, récemment découvert. Faute de résultats probants, *MK-Ultra* fut abandonné en 1963. Non sans avoir tué ou

transformé en légumes certains des sujets d'expérience recrutés malgré eux dans des institutions psychiatriques.

En parallèle, la CIA avait étudié ou financé nombre de recherches en sciences du comportement, neurophysiologie, psychothérapie et psychologie. En 1955, elle fonda la *Society for the Investigation of Human Ecology*. L'agence s'intéressait notamment à des travaux scientifiques portant sur la désorientation temporelle et spatiale et sur les effets de la privation sensorielle, de l'isolement ou du confinement dans des espaces étroits. Ainsi, à l'université McGill de Montréal, le Dr Donald Hebb étudia les réactions d'étudiants volontaires enfermés et immobilisés dans des boîtes remplies de mousse, les yeux bandés et un casque insonorisant sur les oreilles. Perdant progressivement le sens des réalités pour être en proie à des délires, des hallucinations ou à des peurs incontrôlables, presque tous abandonnèrent très vite l'expérience. Dans d'autres universités (Yale, Cornell...) furent pour la première fois systématiquement étudiés les effets de méthodes telles que le maintien en position de stress, les humiliations à caractère sexuel ou culturel...

La CIA en vint ainsi à la conclusion que le meilleur moyen de briser un prisonnier, d'affaiblir ses capacités de résistance, consistait à lui infliger un ensemble de pressions fondées sur l'isolement radical, la privation sensorielle et la soumission à de longues périodes de stress. Le terme de « syndrome DDD » fut employé, pour *Debility, Dependency and Dread*, soit débilité (au sens d'extrême affaiblissement physique et psychique), dépendance et détresse.

En 1963, ces recherches trouvèrent leur application concrète dans le manuel rédigé par la CIA à l'usage de ses agents : *KUBARK<sup>1</sup> Counterintelligence Interrogation*. Ce document détaille les techniques concrètes d'interrogatoire et précise qu'elles « permettent de faire régresser quelqu'un au niveau de faiblesse et d'immaturité nécessaire à la dissolution de sa résistance et à l'apparition d'une dépendance. [...] Une pression externe suffisamment intense entraîne la perte des aptitudes les plus récemment développées par l'homme civilisé. [...] Un niveau relativement limité de désordre homéostatique, de fatigue, de souffrance, de manque de sommeil ou d'anxiété peut affaiblir ces fonctions. Par conséquent, la plupart des personnes soumises à des méthodes coercitives parleront, révélant en général des informations qu'elles n'auraient autrement pas divulguées. »

Ces pratiques furent testées et utilisées contre des prisonniers vietcongs dès le milieu des années soixante, en particulier dans le cadre du Programme Phoenix<sup>2</sup>. Elles furent enseignées par des institutions comme l'École des Amériques<sup>3</sup>, qui forma de nombreux militaires d'Amérique centrale et du Sud ou comme le Bureau de la sûreté publique en charge de l'entraînement des forces de police de pays alliés des États-Unis, dont le Sud-Vietnam, l'Uruguay, l'Iran ou la Grèce.

La fin de la guerre du Vietnam n'interrompt ni le perfectionnement ni l'usage des méthodes de torture psychologique. En 1983, dans une version actualisée de son manuel de 1963 intitulée *Manuel d'entraînement à l'exploitation des ressources humaines*, la CIA recommandait toujours de « manipuler l'environnement du sujet, créer des situations déplaisantes ou intolérables, détruire ses schémas spatiotemporels et de perception sensorielle. »

C'est d'une très longue expérience dont ont ainsi bénéficié l'armée et les services secrets des États-Unis pour interroger les « ennemis combattants » dans le cadre de la « guerre à la terreur » menée à partir de 2001. Et, s'il fallait une dernière illustration de la continuité de cette politique, elle serait à trouver dans l'utilisation du programme *Survival, Evasion, Resistance and Escape (SERE)*, survie, évasion, résistance et fuite), conçu après la guerre de Corée pour préparer les pilotes de l'*U.S. Air Force* en cas de capture dans un pays communiste. Pour apprendre à y résister, des pilotes furent soumis à des formes de torture inspirées de pratiques décrites par l'*Air Force* en 1957 dans le document *Méthodes communistes pour obtenir de faux aveux des pilotes prisonniers de guerre*. Mais ces entraînements défensifs furent aussi utilisés pour perfectionner la mise au point de méthodes scientifiques de torture. Et le manuel de l'*Air Force* a tellement influencé les mémos de la CIA écrits dans les années deux mille, relatifs à l'emploi de « pressions physiques fortes », que certains sénateurs ont pu dire qu'au moment de leur rédaction, l'agence s'était juste contentée de modifier le titre du document de 1957 en y retirant le mot « communiste ».

Les États-Unis ne furent pas les seuls à étudier et utiliser ce qui, à l'époque, était connu sous le nom de « torture blanche ». Ainsi, la République fédérale d'Allemagne (RFA) a initié dès le début des années soixante-dix des études sur la privation sensorielle à l'université de Hambourg-Eppendorf. Ces méthodes, la RFA les a mises en pratique envers des membres de la Fraction armée rouge (RAF). En 1972, Ulrike Meinhof, Astrid Proll et Gudrun Ensslin<sup>4</sup> furent ainsi détenues dans des conditions d'isolement extrême dans un quartier de la prison de Cologne spécialement aménagé pour être isolé acoustiquement. Les murs et l'ameublement des cellules étaient blancs et la lumière du jour n'y pénétrait que par une étroite fente recouverte d'un très fin grillage. Ulrike Meinhof écrivit à son avocat : « [Tu as] le sentiment que ta boîte crânienne va se casser, exploser. Que ton cerveau se ratatine comme un pruneau. [...] Le sentiment que la cellule bouge. Tu ne peux pas savoir pourquoi tu trembles : de fièvre ou de froid. Tu gèles. Pour parler à voix normale, il faut des efforts comme pour parler très fort. [...] Tu ne peux plus identifier le sens des mots. L'usage des sifflantes : s, ss, tz, sch est absolument insupportable. »

Arrêtées en Irlande du Nord en 1970, quatorze personnes soupçonnées d'appartenir à l'*Irish Republican Army (IRA)* furent incarcérées dans des « centres non identifiés ».

Saisie par l'Irlande, la Cour européenne des droits de l'homme (CEDH) a écrit dans son arrêt *Irlande c. Royaume-Uni* du 18 janvier 1978 : « Elles y subirent un type d'interrogatoire "poussé" comprenant l'application de cinq techniques particulières appelées parfois de "désorientation" ou de "privation sensorielle" : (a) station debout contre un mur : on forçait les détenus à rester, durant des périodes longues de quelques heures, dans une "posture de tension" ; (b) encapuchonnement : on couvrait la tête des détenus d'un sac noir ou bleu marine qui, au moins au début, y demeurait en permanence sauf pendant les interrogatoires ; (c) bruit : les détenus se trouvaient dans une pièce où ne cessait de retentir un fort sifflement ; (d) privation de sommeil ; (e) privation de nourriture solide et liquide. »

La cour précisera que ces cinq techniques, « employées cumulativement [...], ont causé à ceux qui les ont subies sinon de véritables lésions, au moins de vives souffrances physiques et morales. [...] En outre, elles étaient de nature à créer en eux des sentiments de peur, d'angoisse et d'infériorité propres à les humilier, à les avilir, et à briser éventuellement leur résistance physique ou morale ». En conséquence, elle qualifiera ces cinq techniques de traitements inhumains et dégradants. Pourtant, elle n'ira pas jusqu'à les qualifier de torture, estimant qu'« elles n'ont pas causé de souffrances de l'intensité et de la cruauté particulière qu'implique le mot torture entendu comme une forme aggravée et délibérée de traitements cruels, inhumains ou dégradants. »

## Méthodes

En quelques dizaines d'années, les expériences sur la torture psychologique ont permis de sélectionner les techniques les plus efficaces tant en ce qui concerne leur mise en œuvre que leur capacité à saper la résistance de ceux qui la subissent. Des procédures standard ont été élaborées. Elles recommandent d'isoler les prisonniers, de les affaiblir physiquement, de leur faire subir des privations ou des saturations sensorielles, de les terroriser et de les humilier. De plus, les diverses techniques mises en œuvre sont souvent infligées conjointement pour en amplifier les effets.

Leur efficacité repose sur deux principes. Le premier est identique à celui qui sous-tend le recours aux tortures physiques : les victimes cèdent sous la douleur. Or les sévices psychologiques sont tout aussi difficiles à supporter que les coups ou l'électricité. Le second suppose que le sujet sera amené à coopérer grâce à la perte du sentiment d'identité et d'estime de soi obtenue avec ces méthodes, que la CIA a caractérisées par la formule « *Fear up, ego down* ». Il s'agit de placer la victime dans un état de complète dépendance, d'exercer un contrôle total sur son environnement, de lui faire perdre tous ses repères habituels, de la persuader qu'elle est seule, abandonnée de tous et que ses tortionnaires sont tout-puissants. C'est le « syndrome des

trois D » : débilite, dépendance et détresse. Coupé du monde, physiquement affaibli par les privations, le prisonnier s'efforcera alors de recréer une nouvelle logique, un nouvel environnement familial, en se rapprochant des seuls interlocuteurs qui lui restent, espérant retrouver avec eux des relations semblables à celles qu'il entretenait avec son entourage. Jusqu'à accepter sa reddition avec soulagement.

### **Isolement**

La mise à l'isolement est la mesure la plus systématiquement utilisée pour briser les détenus.

Les êtres humains sont des créatures sociales. Non seulement parce qu'ils apprécient la compagnie de leurs semblables et ont besoin les uns des autres pour l'organisation de leurs vies, mais surtout parce que leur personnalité se construit et se définit en grande partie grâce à l'ensemble des interactions entre individus. Dès lors, priver quelqu'un de tout contact souvent pendant des mois ou des années, pour le laisser seul, à la merci de ses gardes, sans rien avoir d'autre à faire qu'affronter ses angoisses, ses pensées qui ne parviennent plus à se structurer ou ses souvenirs qui se délitent, est l'une des formes de torture les plus redoutables. Les cellules sont le plus souvent minuscules, à peine de quoi faire quelques pas ou parfois même de s'allonger. Les murs sont uniformément blancs ou gris. Le mobilier est réduit au minimum ou inexistant. Lorsqu'il y a une fenêtre, elle est petite, grillagée et située en hauteur. Parler avec les autres détenus est impossible ou ne peut se faire qu'en hurlant, au risque d'être puni. Les sorties sont rares et de courte durée, sauf celles où le détenu entravé est emmené par des gardes silencieux. Tous ceux qui ont eu à subir de telles conditions de détention en témoignent avec des mots qui se ressemblent. Pour eux la solitude prolongée écrase l'esprit plus sûrement que les autres formes de sévices. Terry Anderson, retenu sept ans en otage par le Hezbollah, se souvient de ce qu'il ressentait au bout d'un mois : « Mon esprit est vide. Mon Dieu, où sont toutes les choses que j'ai apprises, les livres que j'ai lus, les poèmes que j'ai retenus. Il n'y a plus rien, juste une misère grise et uniforme. Mon esprit est mort. Mon Dieu, au secours ! »

Tous les États tortionnaires utilisent l'isolement. Le cas des États-Unis est particulier. Outre le fait qu'ils y ont eu recours de façon « routinière et répétitive »<sup>5</sup> sur tous les théâtres d'opération de leur « guerre à la terreur », il faut ajouter qu'au moins 25 000 personnes sont ainsi détenues dans leurs diverses prisons de haute sécurité dites « super-max ». Les conditions de détention dans un isolement quasi absolu sont telles qu'elles sont qualifiables de torture dès lors qu'elles se prolongent au-delà de quinze jours selon le Rapporteur spécial\* sur la torture de l'ONU, Juan E. Méndez. La durée

moyenne d'enfermement sous ce régime est de sept ans et demi. Certains y restent plus de vingt ans.

### *Affaiblissement physique*

Le fait de ne donner aux prisonniers qu'une alimentation médiocre, parfois juste suffisante pour ne pas mourir de faim, ou encore le fait de les priver d'hygiène et de soins sont les manières les plus universellement pratiquées pour les faire souffrir tout en diminuant leurs capacités physiques et intellectuelles. Deux méthodes relevant spécifiquement de la torture psychologique doivent être mentionnées : la privation de sommeil et le recours aux « positions de stress ».

Dormir est un besoin physiologique essentiel. Obliger quelqu'un à rester éveillé en permanence peut le conduire en à peine quelques jours à un état proche de la folie. Les techniques pour y parvenir sont simples. Il suffit de faire du bruit en permanence, par exemple en raclant clefs ou matraques contre les grilles des cellules, de maintenir de fortes lumières allumées ou d'emmener les détenus pour un nouvel interrogatoire dès qu'ils s'assoupissent. Ils peuvent aussi être contraints à marcher sans cesse sous peine d'être battus, ou encore attachés bras en l'air de façon à ce qu'ils soient réveillés par la morsure des menottes. Arthur London, torturé en Tchécoslovaquie en 1951, témoigne<sup>6</sup> : « Les injures, les menaces, les coups, la faim, la soif, sont des jeux d'enfants à côté du manque organisé de sommeil qui vide l'homme de toute pensée, ne faisant de lui qu'un animal dominé par son instinct de conservation. »

Les « positions de stress » sont des postures inconfortables qu'un prisonnier doit garder sans bouger pendant plusieurs heures, soit parce qu'il est ainsi menotté soit parce qu'il sera battu s'il s'autorise le moindre mouvement. Il doit rester debout sur la pointe des pieds à un mètre d'un mur auquel il ne peut s'appuyer qu'avec l'extrémité des doigts ou encore demeurer accroupi les bras tendus devant lui... Il peut être allongé sur le dos sur un tabouret, poignets et chevilles attachés ensemble ou demeurer les poignets liés dans le dos avec un bras passant par-dessus l'épaule... Malgré le fait qu'une partie du corps demeure en contact avec le sol, très vite les muscles sont sujets à des crampes extrêmement violentes et douloureuses. La frontière avec les tortures physiques pourrait sembler ténue, s'il n'entrait aussi en jeu un autre phénomène, celui de la « douleur auto-infligée ». En effet, la source immédiate de la douleur n'apparaît plus seulement comme étant le tortionnaire (souvent absent de la pièce), mais la victime elle-même. Si elle est attachée, c'est le poids de son propre corps et la faiblesse de ses muscles qui lui semblent être les responsables premiers de sa souffrance. Si elle s'efforce de conserver la position exigée, elle en

viendra peu à peu à penser que c'est sa volonté de tenir, de résister à son bourreau, qui entraîne la persistance et l'accroissement de la douleur. Face à ce dilemme, le torturé peut en venir à diriger son hostilité contre lui-même. Comme si le bourreau sous-traitait son travail à sa victime.

### **Privations sensorielles**

Ce sont les sens de la vue et de l'ouïe qui sont attaqués à l'aide de méthodes simples à mettre en œuvre.

L'aveuglement, une pratique extrêmement fréquente et ancienne, peut être initié dès l'arrestation. Les yeux du prisonnier sont recouverts d'un épais bandeau ou sa tête est encapuchonnée dans un sac en tissu opaque. Moins directement douloureuse, la privation de la vue peut être lui imposée de façon continue pendant de très longues périodes en le maintenant dans une cellule sans lumière dont il n'est extrait qu'après avoir été à nouveau aveuglé. Son intérêt le plus immédiat consiste à protéger l'anonymat des ravisseurs et des tortionnaires tout en empêchant le prisonnier de savoir où il a été conduit. Mais, en privant un individu du sens par lequel il prend en premier conscience de son environnement, il s'agit surtout d'amplifier en lui le sentiment d'abandon et de terreur en accroissant son incapacité à appréhender sa situation ou tout simplement à voir venir les coups lorsqu'il est interrogé.

À l'inverse, la vision est tout aussi perturbée par l'exposition à de violents éclairages stroboscopiques ou à des lumières artificielles qui ne s'éteignent jamais.

En ce qui concerne l'audition, couper une personne de tout environnement sonore pour la plonger dans le silence total n'est plus guère utilisé parce qu'il est beaucoup plus simple de la soumettre à un bombardement musical. Une chambre sourde est moins facile à installer en Afghanistan qu'une paire de haut-parleurs diffusant à très fort volume du hard rock, des pleurs de bébés ou des bandes-son de films d'horreur. Les détenus doivent écouter cette musique assourdissante en étant très souvent attachés en position de stress à des anneaux fixés au sol, dans une pièce plongée dans le noir et dont les climatiseurs ont été réglés au plus chaud ou au plus froid.

En 2003, le sergent Mark Hadsell appartenait à la Compagnie des opérations psychologiques de l'armée américaine. Il explique : « Ces gens-là (les Afghans, NDLR) n'ont jamais entendu de heavy metal. Ils ne supportent pas ça. Si vous en mettez vingt-quatre heures sur vingt-quatre, votre corps et votre esprit commencent à se dissocier, votre conscience marche au ralenti, votre volonté est brisée. C'est à ce moment-là qu'on entre pour discuter avec eux. »<sup>7</sup>

Les titres utilisés sont aussi choisis en tenant compte du fait que les prisonniers, majoritairement musulmans, peuvent les considérer comme culturellement offensants. Des chansons comme *White America* (Eminem), *Enter Sandman* (Metallica) et surtout *Born in the U.S.A.* (Bruce Springsteen) figurent entre autres sur cette véritable play-list de la torture, au côté de titres pour enfants comme *I love you* du dessin animé *Barney the purple dinosaur*.

Certains anciens prisonniers de Guantánamo ont témoigné que la musique les rendait fous, qu'ils hurlaient et se tapaient la tête contre les murs.

### Peurs

L'une des méthodes psychologiques les plus efficaces pour déstabiliser une personne consiste à la maintenir dans un état de terreur et d'impuissance. Que vont-ils me faire ? Combien de temps vais-je rester détenu ? Qu'arrive-t-il à mes proches ? Savent-ils où je suis ? Être plongé dans l'inconnu génère une angoisse permanente. La crainte de la torture est intolérable, surtout quand le rythme des séances semble n'obéir à aucune logique. Une nouvelle fois, aujourd'hui ? À l'aube ? Dans dix minutes ? « Le pire c'est l'attente d'être à nouveau torturé, la peur est beaucoup plus insupportable que la souffrance elle-même. [...] C'est la peur et non la douleur physique qui transforme la personnalité de la victime », témoigne un Chilien torturé sous Pinochet. Il ajoutait n'avoir jamais pu se défaire de la honte d'avoir ressenti un monstrueux soulagement quand c'était un autre, un ami, un frère d'arme que les bourreaux venaient chercher.

Les bourreaux peuvent aussi faire entendre aux prisonniers les hurlements des co-détenus ou les forcer à assister aux tortures infligées à leurs proches.

Les simulacres d'exécution ont des effets tout aussi ravageurs. Tous les régimes tortionnaires en organisent. En Argentine, les militaires emmenaient des détenus en hélicoptère. Ils en précipitaient certains dans le vide et ramenaient les autres. Selon un rapport d'inspection en Irak de la Croix-Rouge en 2003, les militaires américains « braquaient des armes sur la tempe [des prisonniers], la nuque ou le ventre. Ils les injuriaient, menaçaient de les envoyer à Guantánamo, de les tuer ou de les détenir indéfiniment. Ils menaçaient de s'en prendre aux membres des familles des détenus, en particulier à leurs femmes et à leurs filles. »

Les phobies les plus diverses sont utilisées pour terroriser les prisonniers, en particulier celles liées à la peur des insectes ou des chiens. Des unités canines furent ainsi envoyées sur tous les fronts de la « guerre à la terreur », comme en témoignent les photos de ces prisonniers irakiens d'Abou Ghraïb terrifiés par des chiens furieux aboyant tout près d'eux.

## Humiliations

Choisir ses vêtements, sa coiffure, revêt une grande importance dans la représentation qu'une personne se fait d'elle-même. C'est pourquoi l'une des premières mesures visant à briser les détenus consiste, dès le début de leur incarcération, à les priver de leurs effets personnels. Ils doivent souvent revêtir des uniformes impersonnels, sans forme et de couleurs vives, qui peuvent être trop petits ou trop grands, sans boutons, sans ceinture ni bretelles. Quant ils en ont, leurs chaussures sont dépourvues de lacets, les obligeant à marcher en traînant des pieds. Ils peuvent aussi être laissés quasiment ou totalement nus, rajoutant l'atteinte à la pudeur au sentiment d'être plus encore à la merci de leurs gardiens. Pour achever de les couper de leur monde d'avant, on peut enfin leur raser le crâne, la barbe et leur attribuer un numéro de matricule.

Toutes les humiliations visent à rabaisser les prisonniers, à les avilir à leurs propres yeux, à leur faire perdre l'estime de soi. Tout peut donner lieu à moquerie : la couleur de la peau, les habitudes religieuses et culturelles ou les éventuels défauts physiques. Les humiliations à caractère sexuel sont souvent utilisées, d'autant plus si leur agressivité peut s'appuyer sur la transgression de tabous religieux.

Les détenus peuvent ainsi être exposés nus devant les autres prisonniers sous les quolibets des gardes, y compris des femmes. Ils peuvent être contraints à porter des sous-vêtements féminins, parfois sur la tête ; à mimer des rapports sexuels ; à être ainsi photographiés ; à regarder des images pornographiques ; à être touchés par des femmes supposées avoir leurs règles...

L'organisation *Physicians for Human Rights* a établi qu'à Abou Ghraïb, à Guantánamo et dans de nombreux autres centres de détention en Irak ou en Afghanistan, ces pratiques étaient devenues tellement communes qu'il s'y était « créé un environnement dans lequel même les formes les plus extrêmes d'abus et d'humiliations n'étaient plus qu'à peine perçues comme telles »<sup>8</sup>. Et elle ajoute : « En refusant aux victimes les formes les plus élémentaires de la décence et de l'intimité, la nudité forcée véhicule le message que les interrogateurs disposent d'un contrôle absolu du corps des détenus et qu'ils peuvent leur faire subir tous ce qu'ils veulent. »<sup>9</sup>

## Conséquences

Même si chaque personne est singulière, les tortures psychologiques laissent toujours de graves séquelles. À court et à long terme, les victimes peuvent souffrir de pertes de mémoire, de diminution de leur capacité de concentration, de maux de tête et de mal de dos. Elles peuvent devenir profondément dépressives, avoir des cauchemars, se sentir humiliées, honteuses, ressentir tous les effets d'un choc post-traumatique. Des études sur d'anciens prisonniers de Guantánamo et de divers centres de détention américains ont mis en évidence que certains avaient des difficultés à s'exprimer, étaient devenus irritables et colériques, avaient des hallucinations et souffraient parfois de paranoïa. D'autres sont devenus déprimés avec des tendances suicidaires, des problèmes émotionnels. Beaucoup se révèlent moins aptes à faire face aux difficultés habituelles de la vie courante, à prendre des décisions, à conserver des relations normales avec leurs proches. Ils peuvent perdre leur travail, leurs amis, leur conjoint.

Ceux qui ont été soumis à de longues périodes d'isolement ont des symptômes spécifiques. Parfois, ils parlent sans s'arrêter pendant des heures. À d'autres moments, ils ressassent certaines pensées de manière obsessionnelle. Ils alternent des phases d'optimisme avec des périodes dépressives pendant lesquelles ils ne peuvent ni manger ni dormir normalement. Certains perdent le sens du temps, oublient le jour et l'heure. Il leur faut de très longs mois pour s'adapter aux sensations et aux émotions d'une vie d'homme libre. Certains détenus, toujours à l'isolement après des années, disent entendre des voix, ils se mettent à parler à des fantômes ou se recroquevillent des heures durant dans un coin de leur cellule en se recouvrant d'une couverture.

Les médecins d'un centre berlinois pour victimes de la torture ont rapporté que des musulmans victimes de graves humiliations sexuelles en portent pour toujours les stigmates et se retrouvent mis à l'écart de leur communauté. Les hommes s'estiment atteints dans leur virilité, surtout s'ils ont été agressés par des femmes. Les médecins ont aussi constaté de nombreux divorces et la rupture de liens familiaux, parce que les musulmans ressentent les tortures sexuelles comme un viol de leur conception de l'honneur et de la dignité. Ils ont tendance à revivre encore et encore ces scènes d'humiliation, à réentendre ces voix chargées d'insultes et de menaces sexuelles. Beaucoup se seraient suicidés si leur religion ne l'interdisait pas.

Quant aux victimes de simulacres d'exécution, elles se remémorent sans cesse ces instants qui ont précédé ce qu'elles pensaient être leur mort. Elles éprouvent le sentiment que plus rien n'est prévisible, elles ont peur et se sentent abandonnées de

tous. Certaines ont le sentiment d'être déjà mortes, surtout celles qui avaient supplié leurs bourreaux de les exécuter pour de bon.

## Motivations

En utilisant la torture psychologique, les États non démocratiques cherchent surtout à disposer de moyens supplémentaires pour faire souffrir ceux qu'ils veulent réprimer. En revanche, les États démocratiques qui y ont recours poursuivent deux objectifs : se prémunir d'éventuelles actions judiciaires en essayant de contourner les lois interdisant le recours à la torture et surtout justifier devant leur opinion publique l'usage de mesures extrêmes censées assurer leur sécurité.

Les hauts responsables de la mise en œuvre de ces pratiques ont élaboré des stratégies visant à ce que les méthodes employées ne soient pas qualifiées de « torture ». La première d'entre elles consiste à ne jamais utiliser ce mot. Les euphémismes sont nombreux. Les services secrets ne torturent pas, ils exercent des « pressions physiques fortes », mènent des « interrogatoires agressifs » poussés jusqu'à une « phase de pression accentuée ». Ils utilisent des « mesures coercitives » ou des « techniques alternatives d'interrogatoire ». John Kirby, un porte-parole du Pentagone, déclara qu'à Guantánamo les militaires ne se servaient pas de la musique pour torturer, mais seulement pour « décourager » les prisonniers.

La description, minutieuse jusqu'à l'extrême, des procédures d'interrogatoire est un autre élément de cette stratégie. Extrêmement détaillées, truffées d'allusions au fait que des médecins doivent être présents, ces longues listes de techniques recommandées entretiennent l'idée que tout est sous contrôle, que les pressions exercées sont mesurées, acceptables et qu'il ne s'agit pas de torture justement parce que tout est codifié<sup>11</sup>. Les rédacteurs savent parfaitement que ces descriptions édulcorent complètement les violences infligées et que la réalité du terrain est toute autre. Ils savent aussi que l'existence de ces procédures leur permettra le cas échéant de rejeter la faute sur quelques boucs-émissaires qui ne les auront pas respectées.

En 2002, le ministère américain de la Justice a développé nombre d'arguties pour essayer de démontrer que les militaires ou les services secrets ne pratiquaient pas la torture. Il s'agissait de redéfinir la notion de torture de façon restrictive. Le ministère préconisait ainsi que ne puissent être considérées comme « aigües » que les seules douleurs « équivalentes en intensité à celles éprouvées lors d'une grave blessure physique, comme la perte d'un organe, l'altération d'une fonction corporelle ou même la mort ». Faire référence à ce type de lésions organiques, c'est tenter de définir des niveaux de douleur et

affirmer qu'on ne peut parler de torture qu'en cas de traumatisme physique. Et donc exclure de ce champ les méthodes psychologiques. Quant aux souffrances mentales, elles ont également fait l'objet d'une nouvelle définition. Pour être considérées comme de la torture, elles devraient avoir « pour conséquence des dommages psychologiques d'une durée significative, par exemple des mois ou des années ». Il deviendrait ainsi impossible de parler de torture avant un examen psychologique, toujours contestable, de la victime, qui ne pourrait avoir lieu que des années après les faits. Autant dire jamais.

Ces tentatives juridiques firent long feu. Mais là n'était pas l'essentiel. La véritable cible n'était pas les juristes, mais l'opinion publique.

Dans les pays démocratiques, l'usage de la torture physique entraîne une réprobation assez générale. Mais, dans la mesure où elles ne laissent guère de traces visibles sur les corps et surtout parce qu'elles ne correspondent pas à l'imagerie traditionnelle des supplices, les méthodes bien improprement qualifiées de « torture propre » offrent aux citoyens une vision beaucoup plus acceptable des pratiques de leurs forces de l'ordre ou de leurs services secrets.

Les pseudo-arguments juridiques déployés pour expliquer que « ce n'est pas de la torture » trouvent ainsi un écho auprès de toutes les personnes convaincues que l'« on ne peut combattre le terrorisme avec une main liée dans le dos ». À l'image de ce général qui annotait le passage d'un mémo de la *CIA* sur les positions de stress en écrivant : « Moi, je reste bien tous les jours debout pendant plus de huit heures ! », elles admettront que ces méthodes sont brutales et sans doute pénibles à supporter, mais pas au point de les juger scandaleuses.

Les réactions amusées ou grivoises que suscitent les révélations des ONG en sont un bon indicateur. Quand il est question de l'usage de la musique, les blagues sont fréquentes : « Leur faire écouter du Yoko Ono, ça on ne devrait pas, on n'est pas des barbares ! » Et chacun d'imaginer sa play-list idéale en mentionnant des artistes ou des genres musicaux dont l'écoute serait de la torture. Quant aux humiliations sexuelles, ce sont elles qui suscitent le plus de plaisanteries, en raillant par exemple l'emploi du terme torture pour l'interrogatoire par des femmes en sous-vêtements alors que tant de personnes sont prêtes à payer pour subir ce genre de traitements. Si tant de commentaires s'effectuent dans le registre de l'humour, c'est qu'au fond tout cela n'est pas si grave. Si la torture peut prêter à rire, c'est qu'elle est devenue acceptable.

Tous ceux qui ont étudié la question, notamment ceux qui œuvrent à la reconstruction des victimes, le savent : contrairement au sens commun, la torture psychologique est aussi dévastatrice que la torture physique et il est vain de vouloir les différencier. Quels que soient les moyens utilisés, la torture commence dès que l'on fait subir à une personne des traitements insupportables pour elle, alors qu'elle n'a aucune possibilité de s'y soustraire.

## Principales sources bibliographiques

CHAMAYOU, Grégoire. « *De la torture en Amérique* », in KUBARK, *Le Manuel secret de manipulation mentale et de torture psychologique de la CIA*, Zones, 2012, 187 pages, [http://www.editions-zones.fr/spip.php?page=lyberplayer&id\\_article=159](http://www.editions-zones.fr/spip.php?page=lyberplayer&id_article=159).

Physicians for Human Rights, *Break the down: Systematic Use of Psychological Torture by US Forces*, 2005, 126 pages, [http://humanrights.ucdavis.edu/resources/library/documents-and-reports/physicians\\_for\\_human\\_rights](http://humanrights.ucdavis.edu/resources/library/documents-and-reports/physicians_for_human_rights).

VOLCLER, Juliette. *Le son comme arme. Les usages policiers et militaires du son*, Paris, Éditions La Découverte, 2011, 180 pages.

PORTELLI, Serge. *Pourquoi la torture ?*, Paris, Vrin, 2011, 312 pages.

---

[1] KUBARK était l'un des noms de code par lesquels la CIA se désignait pendant la guerre froide.

[2] Le Programme Phoenix est une opération de contre-espionnage et de contre-insurrection menée par la CIA au Vietnam de 1967 à 1973. Il s'inspirait notamment des méthodes employées par l'armée française en Algérie. Son exécution donna lieu à de très nombreux cas de torture et d'exécution sommaire.

[3] COHN, Marjorie. « Former les tortionnaires : l'École des Amériques », in ACAT, *Un monde tortionnaire*, 2013, 357 pages, p. 243, [http://www.unmondetortionnaire.com/IMG/pdf/Rapport\\_Torture\\_2013\\_fr.pdf](http://www.unmondetortionnaire.com/IMG/pdf/Rapport_Torture_2013_fr.pdf).

[4] Ulrike Meinhof, Astrid Proll et Gudrun Ensslin appartenaient à la première génération de la RAF, plus connue sous le nom de « bande à Baader ». Ulrike Meinhof et Gudrun Ensslin se suicidèrent en prison dans des conditions douteuses, respectivement en mai 1976 et octobre 1977.

[5] Rapport de visite de la Croix-Rouge à Abou Ghraïb, 2003.

[6] LONDON, Artur. *L'aveu*, Paris, Gallimard, 1968, 464 pages.

[7] VOLCLER, Juliette. *Le son comme arme. Les usages policiers et militaires du son*, Paris, Éditions La Découverte, 2011, 180 pages.

[8] Physicians for Human Rights, *Break the down: Systematic Use of Psychological Torture by US Forces*, 2005, 126 pages, p. 6, [http://humanrights.ucdavis.edu/resources/library/documents-and-reports/physicians\\_for\\_human\\_rights](http://humanrights.ucdavis.edu/resources/library/documents-and-reports/physicians_for_human_rights).

[9] *Ibidem*, p. 11.

[10] Ces listes de techniques recommandées figurent par exemple dans un mémorandum adressé par le ministère américain de la Justice à John A. Rizzo, directeur juridique de la CIA, le 10 mai 2005.