

Édition de février 2026, Volume 25, N°1

Bulletin de l'ACAT Canada



Et pardonne-nous

Seigneur, pardonne-nous nos silences
quand il fallait parler.

Pardonne-nous nos vaines paroles
quand il fallait agir.

Pardonne-nous d'avoir confondu
ton Évangile avec nos sagesses.

Pardonne-nous d'avoir restreint notre service
à ceux qui nous plaisent.

Pardonne-nous notre médiocrité,
notre manque d'amour et de générosité.

Pardonne-nous nos offenses
comme nous pardonnons
à ceux qui nous ont offensés,
et apprends-nous à pardonner
sans blesser ceux que nous pardonnons.

Par le Christ, notre Sauveur. Amen.

Fédération protestante de France

La torture mentale ou psychologique

Selon l'article 1 de la Convention contre la torture et autres peines ou traitements cruels, inhumains ou dégradants de 1984, le terme "torture" désigne tout acte par lequel une douleur ou des souffrances aiguës, physiques ou mentales, sont intentionnellement infligées à une personne aux fins notamment d'obtenir d'elle ou d'une tierce personne des renseignements ou des aveux, de la punir d'un acte qu'elle ou une tierce personne a commis ou est soupçonnée d'avoir commis, de l'intimider ou de faire pression sur elle ou d'intimider ou de faire pression sur une tierce personne, ou pour tout autre motif fondé sur une forme de discrimination quelle qu'elle soit, lorsqu'une telle douleur ou de telles souffrances sont infligées par un agent de la fonction publique ou toute autre personne agissant à titre officiel ou à son instigation ou avec son consentement exprès ou tacite. Ce terme ne s'étend pas à la douleur ou aux souffrances résultant uniquement de sanctions légitimes, inhérentes à ces sanctions ou occasionnées par ellesⁱ.

Le dictionnaire Larousse donne un second sens à la torture comme une souffrance physique ou morale extrême, en y associant le synonyme de calvaire, tourment...

L'article 2 de la Convention inter-américaine pour la prévention et la répression de la torture en étend la définition aux cas d'« applications de méthodes visant à annuler la personnalité de la victime ou à diminuer sa capacité physique ou mentale, même si ces méthodes et procédés ne causent aucune douleur physique ou angoisse psychique »ⁱⁱ. Cette dernière définition se rapproche de la torture psychologique, parfois appelée torture blanche, qui se concentre sur l'infliction des souffrances mentales (privation sensorielle, isolement, manipulation psychologique, menaces).

Depuis plusieurs années, nous constatons que la torture mentale ou psychologique est devenue une véritable arme de destruction massive utilisée pour contrôler et soumettre les populations, en exploitant la peur et l'anxiété. Ne laissant pas de traces visibles, elle est insidieuse et subtile, causant des dommages sur la qualité de vie et la santé mentale des

ⁱ *Convention contre la torture et autres peines ou traitements cruels, inhumains ou dégradants*, Organisation des Nations unies, [en ligne], <https://www.ohchr.org/fr/instruments-mechanisms/instruments/convention-against-torture-and-other-cruel-inhuman-or-degrading>

(12 février 2026)

ⁱⁱ *Convention interaméricaine pour la prévention et la répression de la torture, Commission interaméricaine des droits de l'Homme*, [en ligne], <https://www.cidh.oas.org/basicos/french/i.torture.htm> (12 février 2026).

individus.

Par exemple, aux États-Unis, les témoignagesⁱⁱⁱ sur les méthodes utilisées (non conformes aux droits humains) par la police d'immigration plongent, autant les immigrants illégaux détenus dans les centres, que les immigrants légaux «et libres dans les rues américaines», dans une angoisse psychique; une torture psychologique et mentale s'exportant et entraînant des effets collatéraux sur leurs familles à l'étranger, et ce, dans le but ultime de les inciter à partir. Ces dernières vivent dans un stress permanent dû à l'inconnu sur le sort de leurs membres.

Par ailleurs, dans de nombreux pays l'absence de respect pour la dignité humaine des autorités maintient volontairement les populations dans une précarité et un appauvrissement extrême (absence d'eau, d'électricité, de logement décent, de structure de santé, d'école, pays gangréné par la corruption, etc.), bref l'absence de besoins physiologiques et de sécurité de la pyramide

de Maslow^{iv}, cette privation n'est-elle pas une forme de torture psychologique? Les pays signataires de la Convention contre la torture et autres peines ou traitements cruels, inhumains ou dégradants de 1984, ne devraient-ils pas s'engager à offrir à leur population ce minimum vital que sont les besoins physiologiques et de sécurité?

La torture psychologique est une forme insidieuse de violence avec des effets dévastateurs sur les individus et les sociétés. Aujourd'hui, via les réseaux sociaux, elle s'exporte indirectement au-delà des frontières, et pouvant même nourrir des mouvements radicaux. En effet, certains auteurs de l'approche clinique multidisciplinaire « Intervention en contexte de radicalisation menant à la violence », de la revue Santé mentale au Québec, notent entre autres des cas de détresse psychologique liée à des actes haineux ou à des représentations médiatiques négatives menant les individus à de la radicalisation^v.

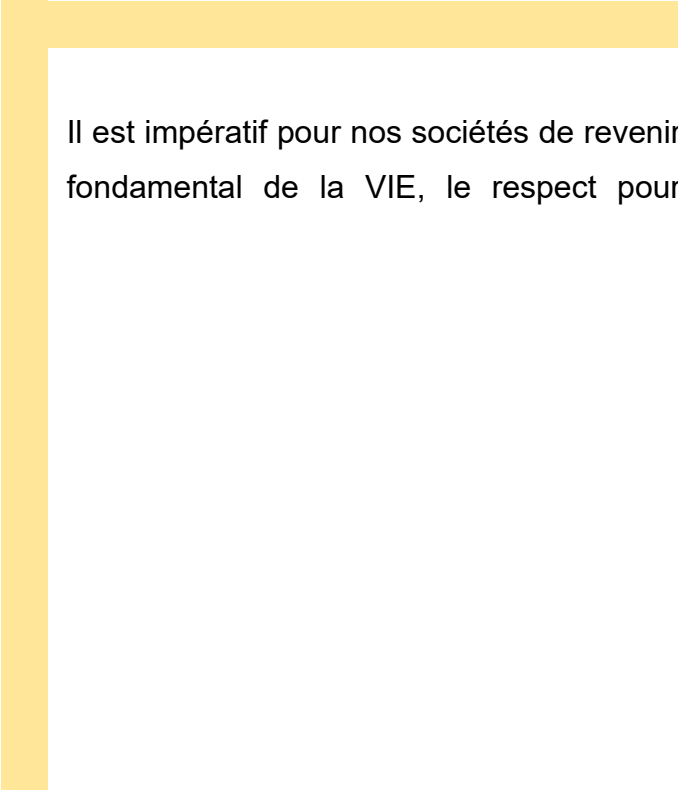
ⁱⁱⁱ Lise Kienneman & Les observateurs, « "Je suis devenu fou" : six jours à l'isolement dans un centre de la police américaine de l'immigration », *France 24*, 20 octobre 2025, [en ligne], <https://www.france24.com/fr/am%C3%A9riques/20251020-etats-unis-isolement-police-immigration-ice-d%C3%A9tention>

Myriam Vidal Valero, « U.S. immigration policy: Mental health impacts of increased detentions and deportations », *American Psychological Association*, Vol. 56, no. 6, p.32, 1^{er} septembre 2025, [en ligne],

<https://www.apa.org/monitor/2025/09/mental-health-immigration-enforcement> (12 février 2026).

^{iv} Marine, « La pyramide de Maslow : comprendre la théorie des besoins », *Psychologiepositive.com*, 9 février 2025, [en ligne], <https://psychologie-positive.com/pyramide-maslows-besoins/> (12 février 2026).

^v Imen Ben-Cheikh, Cécile Rousseau, Ghayda Hassan, Mathieu Bami, Stéphane Hernandez & Marie-Hélène Rivest, « Intervention en contexte de radicalisation menant à la violence : une approche clinique



Il est impératif pour nos sociétés de revenir au dignité humaine...
fondamental de la VIE, le respect pour la *Par Zedna-Inès Etsang-Métégué, membre*



Bulletin de l'ACAT Canada

Février 2026, Volume 25, n°1

ACAT Canada

Action des chrétiens pour l'abolition de la torture
5180 Chemin Queen Mary #409-F,
Montréal, Québec, H3W 3E7

La reproduction en tout ou en partie du contenu de ce Bulletin est autorisée à condition d'en citer la source.

Les articles signés et reproduits dans ce Bulletin représentent l'opinion de leur auteur ou de leur autrice, et non celle de l'ACAT Canada.

Téléphone : (514) 890-6169

Courriel : acat@acatcanada.org

Restez informés : acatcanada.ca

www.facebook.com/acatcanada

Fédération internationale : www.fiacat.org

Dons mensuels en ligne

Nous recevons de plus en plus de dons mensuels en ligne.

Si cette option vous intéresse, il suffit de remplir le formulaire sur la page des [dons et adhésions](#). Marquez l'option « don mensuel ».

Nous vous remercions de votre générosité !

En tant qu'organisme oecuménique engagé dans la lutte contre la torture,
ACAT Canada est membre de la Fédération internationale de l'Action des chrétiens pour l'abolition de la torture (FIACAT) ayant,
entre autres, un statut consultatif auprès des Nations unies : www.fiacat.org