

Violence domestique

La violence domestique n'est plus une menace cachée pour les familles de notre pays. Aujourd'hui, on parle sans cesse de la violence domestique à la télévision, dans les journaux et dans les magazines. Le fait que les gens en parlent ne l'a pas fait disparaître pour autant. D'après le F.B.I., une femme sur deux dans ce pays vivra une relation abusive au cours de sa vie. Des personnes souffrent chaque jour sous les coups de quelqu'un qu'elles aiment. Les brochures et les informations ci-dessous répondent à certaines des questions que les gens se posent sur la violence domestique.

Des mois à retenir

Janvier

Mois national de sensibilisation au harcèlement

Février

Mois national de sensibilisation et de prévention de la violence dans les fréquentations chez les adolescents

Avril

Mois national de sensibilisation aux agressions sexuelles

Octobre

Mois de sensibilisation à la violence domestique

Informations utiles

Types de violence domestique :

- Physique : Toute forme d'agression commise à l'encontre d'un conjoint ou d'une personne apparentée, d'enfants ou d'animaux domestiques
- Sexuelle : Toute forme d'activité sexuelle sans consentement constitue un abus, même si la personne est mariée/partenaire intime
- Émotionnelle : Utilisation des émotions comme arme pour exercer un pouvoir ou un contrôle sur le conjoint/partenaire intime
- Économique : L'utilisation de l'argent pour maintenir le conjoint ou la personne significative dans une situation d'impuissance financière.

Cycle de la violence domestique :

- Phase de mise en place de la tension : L'agresseur devient de plus en plus tendu et en colère. La victime se tient pour responsable du malheur de l'agresseur. L'agresseur devient violent verbalement et peut commettre des violences physiques mineures ou détruire les biens personnels de la victime.
- Phase explosive : La violence de l'agresseur est incontrôlable et disproportionnée par rapport à la situation. Les personnes qui tentent d'aider la victime peuvent également être en danger au cours de cette phase.
- Phase de lune de miel : L'agresseur s'excuse auprès de la victime et semble vraiment désolé de l'agression. Souvent, l'agresseur promet que la violence ne se reproduira plus. Cela peut parfois amener la victime à retrouver son agresseur. Malgré les promesses de l'agresseur pendant la phase de lune de miel, sans l'aide d'un conseiller ou d'autres sources extérieures.

RIEN n'empêchera la violence de se reproduire.

La violence domestique détruit lentement la vie de toutes les personnes impliquées dans une relation violente : l'agresseur, la victime et les enfants. Si vous êtes victime de violence domestique, vous pouvez obtenir de l'aide. N'ayez pas peur de demander.

QUE FAIRE SI VOUS ESTIMEZ QU'UNE PERSONNE DE VOTRE ENTOURAGE EST VICTIME DE MALTRAITANCE

- Si vous entendez des bruits de violence, appelez la police. Ne vous mettez pas en danger et n'attendez pas que la situation se résolve d'elle-même.
- Donnez secrètement à la victime présumée le numéro de téléphone d'un refuge local ou de services de conseil et de soutien. Vous pouvez dire que vous les distribuez à toutes les personnes que vous connaissez.
- Proposez votre soutien. De nombreuses victimes peuvent se sentir isolées, craintives et/ou en colère. Il peut être utile de savoir écouter.

CE QU'IL NE FAUT PAS FAIRE SI VOUS ESTIMEZ QU'UNE PERSONNE EST VICTIME DE MALTRAITANCE

- N'essayez pas d'interrompre le combat. Laissez la police faire son travail. Appelez le 911.
- Ne confrontez pas l'agresseur. Au contraire, incitez la victime à appeler à l'aide.
- Ne tirez pas de conclusions hâtives sur les raisons qui poussent une victime à rester dans une relation. Personne n'aime être maltraité. Il faut souvent beaucoup de temps pour qu'une victime s'en aille.
- Ne proposez pas à une victime de violence domestique de séjourner chez vous sans y avoir réfléchi au préalable. Vous pourriez mettre votre propre famille en danger. Proposez plutôt à la victime de l'aider à entrer dans un centre d'hébergement

Suis-je victime de maltraitance ? (Quiz)

Lisez les questions suivantes. Réfléchissez à la façon dont vous êtes traité et à la façon dont vous traitez votre partenaire. Rappelez-vous que lorsqu'une personne effraie, blesse ou rabaisse continuellement l'autre personne, il s'agit de maltraitance.

Votre partenaire...

- Vous met-il mal à l'aise ou se moque-t-il de vous devant vos amis ou votre famille ?
- Sous-estime-t-il vos réalisations ou vos objectifs ?
- Vous donne l'impression d'être incapable de prendre des décisions ?
- A recours à l'intimidation ou aux menaces pour obtenir le respect de ses engagements ?
- Vous dit que vous n'êtes rien sans lui ?
- Vous traite avec brutalité - vous attrape, vous pousse, vous pince, vous bouscule ou vous frappe ?
- Vous appelle plusieurs fois par nuit ou se présente pour s'assurer que vous êtes là où vous avez dit que vous seriez ?
- Utilise la drogue ou l'alcool comme excuse pour vous dire des choses blessantes ou vous maltraiter ?
- Vous reproche-t-il ce qu'il ressent ou ce qu'il fait ?
- Exerce-t-il une pression sexuelle sur vous pour des choses auxquelles vous n'êtes pas prêt(e) ?
- Vous donne l'impression qu'il n'y a pas d'issue à votre relation ?
- Vous empêche de faire ce que vous voulez - comme passer du temps avec vos amis ou votre famille ?
- Essaie-t-il de vous empêcher de partir après une dispute ou de vous laisser quelque part après une dispute pour vous "donner une leçon" ?

Avez-vous...

- Parfois peur du comportement de votre partenaire ?
- Constamment des excuses à présenter à d'autres personnes pour justifier le comportement de votre partenaire ?
- La conviction que vous pouvez aider votre partenaire à changer si seulement vous changez quelque chose en vous ?
- Essayé de ne rien faire qui puisse provoquer un conflit ou mettre votre partenaire en colère ?
- Toujours fait ce que votre partenaire veut que vous fassiez au lieu de faire ce que vous voulez ?
- Choisi de rester avec votre partenaire parce que vous avez peur de ce qu'il ferait si vous vous sépariez ?

Si l'une de ces situations se produit dans votre relation, parlez-en à quelqu'un. Sans aide, les abus se poursuivront.

[Brochure sur la violence domestique](#)

[Répertoire des services aux victimes](#)