

## Réponses Quiz

### Quiz n° 1 : Généralités / Dispositions légales

#### Objectifs :

- Informations sur la problématique de la violence conjugale
- Evolutions et dispositions légales

#### Q1 : Quelles sont les populations touchées par la violence conjugale ?

- Milieu défavorisé
- Population urbaine
- Toutes les couches sociales, de toute origine, de toute religion**

L'enquête ENVEFF (Enquête Nationale sur les Violences Envers les Femmes en France en 2000) révèle que la violence conjugale touche toutes les catégories sociales de toute origine, de tout âge, de toute culture :

° **Chaque femme quel que soit le milieu social auquel elle appartient peut subir ces violences dans des proportions quasiment identiques :**

10% des femmes cadres supérieures-10% des femmes au foyer-9% des employées-9% des ouvrières.

° **Les violences conjugales sont liées à l'âge.**

Les femmes plus jeunes (20-24 ans) sont 2 fois plus touchées que leurs aînées.

12,4% des étudiantes parfois dans des situations de relative instabilité ou de précarité, ont subi des violences de leur partenaire.

° **30,7% des femmes qui ne sont plus avec leur partenaire, ont déclaré entre 3 et 4 fois plus de violences que les autres.**

° **Le fait d'être au chômage est un facteur aggravant de violence (13,7%).**

° **Le fait que la femme soit enceinte peut être un facteur déclencheur de la violence**

#### Q2 : Selon l'enquête ENVEFF, une femme meurt sous les coups de son partenaire :

- Tous les 2 jours et demi**
- Tous les 5 jours
- Tous les 7 jours

L'enquête ENVEFF révèle :

-Qu'1 femme meurt tous les 2 jours et demi suite aux violences conjugales

-Qu'1 femme sur 10 vivant en couple a été confrontée à des situations de violences répétées, souvent verbales et psychologiques, mais aussi physiques, voire sexuelles, toutes destructrices.

Contrairement à ce que l'on aurait pu penser, les femmes sont davantage en danger chez elles que dans la rue ou sur leur lieu de travail.

Les violences conjugales sont les plus cachées : plus des 2/3 des femmes avaient gardé le silence.  
- Les agressions physiques et les injures au sein du couple sont un peu plus facilement évoquées, néanmoins 4 femmes sur 10 ne s'étaient jamais confiées.  
- Les femmes qui ont subi des sévices ou reçu des coups répétés durant leur enfance sont 4 fois plus exposées au risque d'être victime de violences à l'âge adulte.

L'ampleur du silence et l'occultation des violences par les femmes qui les subissent sont une réalité. L'interrogation des femmes dans un cadre neutre et anonyme (associations) a contribué à lever le voile qui masquait les violences subies. Le secret est d'autant plus fort que la situation se vit dans l'intimité, à huis clos. Il relève probablement d'un sentiment de culpabilité, voire de honte éprouvée par les victimes, et souligne une certaine carence de l'écoute tant des institutions que des proches.  
« La violence conjugale est un phénomène social, elle ne concerne pas seulement la victime mais la société ».

**Q3 : Le fait d'infliger un rapport sexuel forcé au sein du couple est :**

- Toléré par la loi
- Un délit d'agression sexuelle passible de 5 ans d'emprisonnement et 500 000 Frs d'amende (article 222-27 du code pénal)
- Un crime de viol passible de 20 ans d'emprisonnement (article 222-24 du code pénal)**

1980 : L'article 222-24 du code pénal considère le viol comme un crime puni par la loi

1990 : La cour de cassation reconnaît le viol entre époux.

Les associations qui luttent contre les violences conjugales peuvent se porter partie civile.

**Q4 : Quel pourcentage de femmes déclare avoir subi des violences conjugales au cours de leur vie ?**

- De 4 à 5 %
- De 20 à 30 %**
- De 50 à 60 %

**Q5 : Quelle situation suivante n'est pas considérée comme une forme de violence conjugale ?**

- L'humiliation, l'injure, les menaces, la moquerie, la dévalorisation, les coups ...
- Le conflit**
- La privation de l'accès aux comptes en banque, chèques et autres ressources du foyer

**Le conflit**, dans la mesure où la négociation entre les deux partenaires reste possible **n'est pas considéré comme une forme de violence conjugale** : Les deux personnes se respectent mutuellement et ont la volonté de trouver un accord en commun dans une situation de divergence d'opinion.

**Par contre la violence conjugale** quelle que soit sa forme (verbale, psychologique, physique, économique, sexuelle) se définit comme un processus au cours duquel un partenaire exerce des comportements agressifs et violents à l'encontre de l'autre, dans le cadre d'une relation de couple. On parle de violences conjugales quand les scènes se reproduisent et deviennent permanentes.

C'est un abus de pouvoir et une volonté de tout contrôler qui dans une relation de couple vise à détruire l'autre. Ces comportements sont destructeurs et inacceptables, tombant sous le coup de la loi. **C'est un délit.**

La violence conjugale quelle que soit sa forme se développe à travers des cycles dont l'intensité et la fréquence augmentent avec le temps et qui devient pour la femme dangereuse.

Dans la majorité des cas, la violence est le fait de l'homme.

- La violence n'est que le symptôme d'un problème et non le problème en lui-même.
- La violence conjugale c'est se croire autorisé à utiliser sa force pour imposer ses désirs et sa volonté.

**Q6 : Quel est l'âge légal du mariage pour les femmes en France ?**

- 15 ans
- 18 ans
- 21 ans

Age légal du mariage des femmes 18 ans au lieu de 15 ans : La loi du 4 avril 2006 renforce la prévention et la répression des violences conjugales ou commises sur les mineurs

**Q7 : La violence conjugale se produit sous forme de cycles**

- Vrai
- Faux

**Le cycle s'organise en 4 phases**

- 1- Tension de l'agresseur / Peur de la victime
- 2- L'agression, l'explosion, les coups : L'irruption de la violence
- 3- Phase d'invalidation de l'auteur : Les excuses
- 4- Phase de rémission fautive " lune de miel "

**1ère phase : Tension de l'agresseur/ Peur de la victime**

Cette phase est en sorte préparatoire aux coups. L'homme domine et veut contrôler l'ensemble de la vie, les agissements de sa compagne et de ses enfants. Il maintient un contrôle permanent. Le prétexte évoqué lors de la crise n'est qu'un déclencheur de la violence et non pas sa cause.

La tension se manifeste de multiples façons : silence lourd et refus d'adresser la parole, absence imprévisible et prolongée, irruption de colère brève et de menace, ton agressif, menaces, regard méchant...

**2ème phase : L'agression, l'explosion, les coups : L'irruption de la violence**

L'ampleur des coups est variable. Bien souvent au début de cette phase, ce sont des claques, des mouvements brusques où l'homme "pousse " plus ou moins violemment sa compagne. La victime n'ayant pas toujours su apercevoir les signes avant-coureurs, est surprise, elle a peur. Souvent elle ne comprend pas ce qui a provoqué l'arrivée de cette violence.

Une fois que l'acte de violence est commis, la victime se sent trahie, démunie, en danger.

C'est souvent dans ces moments de crise, et juste après la crise de violence, que la victime cherche de l'aide.

**3ème phase : Phase d'invalidation : Les excuses**

Aussitôt après l'agression, l'homme violent va s'excuser, demander ou implorer le pardon. Il va invalider son comportement. Il essaie d'annuler ce qui s'est passé et de se soustraire à la responsabilité des actes commis. Il accusera sa femme de dramatiser une simple dispute, il la traitera de folle, si elle évoque la terreur qu'elle a éprouvée, il lui reprochera de ne pas lui faire confiance.

Ces dénégations et ces réactions culpabilisantes pour la victime la conduisent peu à peu à se considérer comme la vraie responsable de la violence de son conjoint. Elle pensera qu'en modifiant son propre comportement la violence disparaîtra.

Plus le cycle se répète ; plus elle se percevra comme incompétente, nulle, incapable, d'assumer un couple et de gérer une vie familiale harmonieuse.

Pour éviter que cette dernière, horrifiée par de telles violences, ne parte ou ne se plaigne à l'extérieur, voire porter plainte contre son conjoint violent celui-ci doit obtenir son pardon.

**4ème phase : Phase de rémission « La fautive lune de miel »**

L'homme craint de perdre sa partenaire, il minimise les faits, justifie son comportement, promet de ne plus recommencer et adopte une attitude " normale ".

Cet apaisement entretient chez la femme l'espoir que son conjoint ne sera plus violent si elle répond à ses demandes.

Durant cette période elle croit redécouvrir un partenaire calme et prévenant. Pendant cette fausse lune de miel, l'agresseur cherche à faire excuser sa conduite et à obtenir le pardon.

C'est un moment où il est très difficile pour la femme de ne pas, une nouvelle fois, accorder sa confiance et de ne pas se laisser envahir par un espoir de ses projets familiaux et relationnels.

Une fois dissipée le souvenir des violences, le cycle continue.

Plus cette emprise sur la victime est forte, plus les périodes de rémission s'amenuisent. L'homme a de moins en moins peur de perdre sa compagne et n'a plus besoin de l'assurer.

La femme est exposée quotidiennement au contrôle, au mépris et aux agressions. Elle vit dans la peur, l'insécurité, elle s'ajuste aux besoins du conjoint, se centre sur ses humeurs. Plus le cycle se répétera plus la femme se percevra elle-même comme incompetente dans sa vie de couple et dans sa vie personnelle. Plus elle se culpabilisera de la violence de son partenaire, violence dont elle se sentira dès lors totalement responsable.

### **Le retour du quotidien :**

Quelle que soit la sincérité des excuses de l'homme, après la période de la fausse " lune de miel ", le quotidien reprend ses droits.

Celui-ci comme avant, s'accompagne du désir de l'époux de régenter la vie de ses proches, de son incapacité à dire ses désirs, ses insatisfactions, comme d'ailleurs ses plaisirs.

Progressivement, les tensions, le besoin de domination, le stress dus à l'accumulation d'éléments contraires à ses attentes augmentent. Et les mêmes causes produisant les mêmes effets, réapparaît plus ou moins rapidement une nouvelle phase de violence.

### **Q8 : En cas de violence conjugale, le seul moyen de prévenir les autorités est le dépôt de plainte**

- Vrai
- Faux

**La victime peut porter plainte** au commissariat de police ou à la brigade de gendarmerie ou, par écrit, auprès du procureur de la république. Il est de son intérêt de faire constater au plus vite, par un médecin, les violences dont elle a été victime, mais l'absence de certificat médical n'empêche pas de porter plainte.

Il est préférable de déposer une plainte, pour que des poursuites soient engagées. La plainte peut-être déposée à toute heure et dans n'importe quel commissariat ou brigade de gendarmerie. Ces services ont l'obligation de l'enregistrer. Le certificat médical peut-être produit par la suite.

Une fois les faits rapportés, un récépissé lui est remis ainsi qu'à sa demande une copie de la plainte.  
- Si une médiation pénale lui est proposée, elle est en droit de la refuser.

### **Si la victime ne souhaite pas porter plainte**

Si la victime ne souhaite pas porter plainte, il lui est cependant conseillé de déclarer les violences conjugales subies **au commissariat (par une MAIN COURANTE)** ou à la **gendarmerie (par un PROCES VERBAL de renseignements judiciaires)**. Ces déclarations permettent de conserver une trace écrite des violences dont elle a été victime.

**- En cas d'urgence contacter le 17 pour la police ou la gendarmerie ou le 15 pour le SAMU**

### **Les suites judiciaires possibles**

Le Procureur peut engager des poursuites contre l'auteur des violences qu'il y ait eu dépôt de plainte ou signalement des faits.

L'auteur des violences encourt des sanctions pénales et, avant tout jugement, des mesures de sûreté : Eloignement du domicile, placement sous contrôle judiciaire (l'auteur des violences doit respecter une ou plusieurs obligations, comme ne pas s'approcher de la victime) ou détention provisoire.

° **Le procureur de la république peut selon la gravité des faits et l'urgence de la situation :**

- **Engager des poursuites pénales à l'encontre de l'auteur des faits** par convocation ou comparution immédiate devant le tribunal correctionnel ou saisir le juge d'instruction, pour qu'une enquête plus approfondie soit menée s'agissant de faits particulièrement graves.

- **Décider d'une alternative aux poursuites pénales** : Rappel à la loi, composition pénale ou médiation pénale : à noter que la victime est en droit de refuser une médiation pénale qui lui est proposée.

- **Classer sans suite la plainte** (manque de preuves, non-respect des règles de procédure).

° **La victime peut aussi se rendre directement au greffe du Tribunal de Grande Instance pour assigner** l'auteur des violences devant le tribunal correctionnel à une date qui lui sera indiquée. Il est conseillé de n'avoir pas recours à ce mode de poursuite que si les faits sont simples et non contestés.

A tous les stades de la procédure pénale, l'autorité judiciaire peut proposer ou imposer à l'auteur des faits de violences de résider hors du domicile du couple et accompagner cette mesure d'une interdiction de paraître dans ce domicile ou aux abords immédiats de celui-ci.

**Dans tous les cas, la victime doit être tenue informée par les autorités judiciaires des suites données à sa plainte.**

**La victime peut se constituer partie civile à tout moment au procès pénal pour obtenir une indemnisation de son préjudice.**

**Q9 : Une victime de violences conjugales DOIT quitter le domicile conjugal**

Vrai

Faux

**La victime a le choix soit de rester au domicile si le logement est au deux noms ou à son nom propre, soit décider de partir.**

**- LA VICTIME SOUHAITE CONSERVER SON DOMICILE :**

° **Si la victime est mariée**, elle peut saisir en urgence le juge aux affaires familiales du tribunal de grande instance (TGI) de son domicile pour obtenir l'attribution du logement conjugal et l'éviction de son conjoint, avant même de déposer une requête en divorce ou en séparation de corps. Cette requête devra cependant être déposée dans les 4 mois.

° **Si elle vit en concubinage et est seule propriétaire du logement**, elle peut vendre le logement sans autorisation de son concubin ou demander son expulsion, en s'adressant au tribunal d'instance. Elle peut également demander l'expulsion de son concubin à ce tribunal, si elle est seule locataire.

**Quelques précautions à prendre :**

° Noter les numéros de téléphone importants (police, gendarmerie, associations spécialisées) ou les apprendre par cœur.

° Convenir d'un code de communication avec une personne proche qui pourra alerter la police.

° Informer vos enfants des démarches à faire en cas d'acte de violence : quitter la maison, aller chez une voisine pour demander de l'aide ou appeler la police.

° Déposer en lieu sûr (ami, avocat, association spécialisée) documents ou copies :

- Des papiers officiels : Livret de famille, passeport, carte d'identité, carte de séjour.

- Des documents importants : Carnet de santé, carte de sécurité sociale, carnets scolaires, carte grise, bulletins de salaire, avis d'imposition, diplômes, chéquiers, carte bancaire, titre de propriété, factures, quittance de loyer, listes des biens personnels.

- Les éléments de preuve : Certificats médicaux, témoignages, photos, récépissé de dépôt de plainte, numéro d'enregistrement de déclaration de main courante, ordonnance de décisions

judiciaires...

° Préparer un sac de départ éventuellement (linge, argent) que vous déposez chez une personne de confiance.

#### **- LA VICTIME SOUHAITE QUITTER LE DOMICILE**

Que la victime soit mariée ou non, elle peut se réfugier chez des amis, dans sa famille, dans un foyer ou un hôtel. Elle peut quitter son domicile sans autorisation judiciaire, en emmenant, le cas échéant, ses enfants, même mineurs, avec elle. **Dans ce cas, elle doit saisir le juge aux affaires familiales dans les meilleurs délais afin qu'il statue sur les modalités d'exercice de l'autorité parentale.**

En cas de difficultés pour trouver un hébergement, des centres communaux d'action sociale, des associations spécialisées peuvent proposer des solutions d'hébergements, d'urgence ou de plus longue durée. S'adresser à un service social ou en cas d'urgence contacter le 115.

**Il est important de signaler son départ en indiquant son motif au commissariat de police ou à la gendarmerie.**

° Il est possible de s'y faire domicilier sur autorisation du parquet ou du juge d'instruction. .

° Il est également possible de se faire domicilier chez son avocat.

#### **Qu'elle n'oublie pas d'emporter :**

- Les documents officiels : Livret de famille, passeport, carte d'identité, carte de séjour.
- Les documents importants : Carnet de santé, carte de sécurité sociale, carnets scolaires, carte grise, bulletins de salaire, avis d'imposition, diplômes, chèquiers, carte bancaire, titre de propriété, factures, quittance de loyer, listes des biens personnels.
- Les éléments de preuve en votre possession : Certificats médicaux, témoignages, photos, récépissé de dépôt de plainte, date et numéro d'enregistrement de déclaration de main courante, ordonnance de décisions judiciaires...

#### **Q10 : L'Etat peut prendre en charge la totalité ou une partie des frais de justice de la victime de violences conjugales**

Vrai

Faux

Depuis la Loi du 10 décembre 1998 (décret d'application du 15 juin 2001), l'aide juridictionnelle (AJ) permet aux personnes ayant des ressources modestes d'avoir accès à la justice et à la connaissance de leurs droits.

#### **Critères :**

- Etre de nationalité française ou ressortissant d'un des Etats de l'Union Européenne ou de nationalité étrangère et résider habituellement en France en étant en situation régulière.

#### **Démarches à effectuer :**

- Vous pouvez vous procurer un formulaire de demande d'aide juridictionnelle sur les lieux suivants : Service d'accueil des cours d'appel, des tribunaux de grande instance, des tribunaux d'instance et des conseils communaux d'action sociale (C.C.A.S).

- Déposer ou envoyer le dossier au bureau d'Aide Juridictionnelle :

° du TGI dont dépend votre domicile

° de la Cour de Cassation, soit du Conseil d'Etat

° De la commission des recours des réfugiés.

#### **Q11 : Le délit de violence spécifique (reconnaisant la gravité particulière des violences au sein du couple) s'applique uniquement aux couples mariés, et seulement si l'auteur des violences et la victime vivent sous le même toit**

Vrai

Faux

### **Loi élargie du 5 avril 2006 sur les violences conjugales :**

« Article. 132-80. - Dans les cas prévus par la loi, les peines encourues pour un crime ou un délit sont aggravées lorsque l'infraction est commise **par le conjoint, le concubin ou le partenaire lié à la victime par un pacte civil de solidarité.**

**"La circonstance aggravante prévue au premier alinéa est également constituée lorsque les faits sont commis par l'ancien conjoint, l'ancien concubin ou l'ancien partenaire lié à la victime par un pacte civil de solidarité.** Les dispositions du présent alinéa sont applicables dès lors que l'infraction est commise en raison des relations ayant existé entre l'auteur des faits et la victime. »

### **Li n° 2010-769 du 9 juillet 2010 - Creation de l'ordonnance de protection**

**Une ordonnance de protection pourra être délivrée en urgence par le Juge aux Affaires Familiales (JAF), pour une durée maximale de 4 mois, lorsque les violences exercées au sein du couple ( marié,pacsé ou concubin) , ou par un ancien conjoint, un ancien partenaire pacsé ou un ancien concubin met en danger la personne qui en est victime, un ou plusieurs enfants.**

Elle permettra :

- D'interdire au conjoint violent de recevoir ou de rencontrer la victime ainsi que d'entrer en relation avec elle de quelque façon que ce soit,
- D'interdire au conjoint violent de détenir ou de porter une arme et, le cas échéant, lui ordonner de remettre au greffe contre récépissé les armes dont il est détenteur,
- De statuer sur la résidence séparée, en précisant lequel des deux continuera à résider dans le logement, ainsi que sur les modalités de prise en charge des frais afférents à ce logement avec la précision que, sauf circonstances particulières, la jouissance du logement doit être attribuée au conjoint qui n'est pas l'auteur des violences,
- De statuer sur les modalités d'exercice de l'autorité parentale et, le cas échéant, sur la contribution aux charges du mariage pour les couples mariés, sur l'aide matérielle pour les partenaires Pacsés , et sur la contribution à l'entretien et à l'éducation des enfants,
- D'autoriser le conjoint victime à dissimuler l'adresse de son domicile ou de sa résidence et à élire domicile chez son avocat ou auprès du procureur de la République près du tribunal de grande instance pour toutes les instances civiles dans lesquelles il est également partie,
- De prononcer l'admission provisoire à l'aide juridictionnelle de la partie demanderesse.

### **Durée des mesures de l'ordonnance de protection :**

Les mesures édictées par l'ordonnance de protection ont ***une durée de validité maximale de 4 mois mais elles peuvent être prolongées au-delà si***, durant ce délai, une requête en divorce ou en séparation de corps a été déposée.

Le Juge aux affaires familiales (JAF) peut, à tout moment, à la demande du parquet et de l'une des parties, ou après avoir fait procéder à toute mesure d'instruction utile, supprimer ou modifier tout ou partie des mesures énoncées dans l'ordonnance de protection, en décider de nouvelles, ainsi qu'accorder au conjoint violent une dispense temporaire d'observer certaines des obligations qui lui ont été imposées pour l'ordonnance de protection.

### **Sanction des violations de l'ordonnance de protection :**

La violation d'une ou plusieurs obligations ou interdictions imposées dans l'ordonnance est punie de 2 ans d'emprisonnement et de 15 000 euros d'amende.

### **Q12 : Le divorce pour faute peut être demandé :**

- En cas d'adultère
- En cas de violences conjugales**
- En cas de perte de travail du conjoint

### **Le divorce pour faute peut-être demandé en cas de violences conjugales :**

Il est prononcé en cas de violation grave des devoirs et obligations du mariage qui rendent

intolérable le maintien de la vie commune. Il est apparu inutile de maintenir l'hypothèse spécifique de la violation renouvelée de ces obligations, celle-ci étant incluse dans la notion de gravité.

Des dispositions sont prévues afin de mieux protéger le conjoint victime et de répondre aux situations d'urgence. Elles prévoient la possibilité pour la victime de saisir le juge aux affaires familiales, avant même toute procédure de divorce, afin qu'elle statue sur la résidence séparée. Sauf circonstances particulières, la jouissance du domicile conjugal sera attribuée au conjoint qui n'est pas l'auteur des violences. Ces mesures prendront fin automatiquement à l'issue d'une période de trois mois à défaut d'une requête en divorce ou en séparation de corps (article 220-1 du code civil).

## Quiz n° 2 : Violences Conjugales factuelles

### *Objectifs :*

- *Evaluation des situations de violence conjugale*
- *Différenciation des formes de violence conjugale*

**Q1 : J'ai subi des menaces de la part de mon partenaire (menaces de mort, privation des ressources, ne plus voir les enfants, chantage au suicide ...)**

Les menaces font partie des violences verbales. La violence verbale permet à votre conjoint, sans vous porter de coup, d'atteindre le but recherché : C'est-à-dire créer une tension insupportable pour vous inciter à vous conformer à ses exigences par terreur de voir la situation s'aggraver davantage. Cette violence verbale est autant destructrice que la violence physique.

**Q2 : Mon partenaire m'insulte régulièrement**

C'est de la violence verbale. Ce n'est pas normal. Vous insulter, même en prétextant la plaisanterie, est un manque de respect. Cette forme de violence entraîne une perte de l'estime de soi.

**Q3 : Mon partenaire me dévalorise régulièrement (Remarques désobligeantes, humiliations )**

C'est de la violence psychologique. Vous dévaloriser, vous ridiculiser vise à vous dénigrer dans votre valeur personnelle, dans votre identité. Elle peut prendre aussi la forme d'une relation punitive : Refus de communiquer, ignorer votre présence. C'est inacceptable.

**Le 9 juillet 2010 : Création d'un délit de violence psychologique au sein du couple**

**- Sera "incriminé le fait de harceler son conjoint par des agissements répétés".**

La peine encourue pouvant aller jusqu'à 5 ans de prison et 75000 euros d'amende, " sera modulée en fonction de l'incapacité totale de travail (ITT) subie".

**Définition des violences psychologiques:** Le fait de soumettre son conjoint, partenaire lié par un pacs ou concubin ou un ancien conjoint, à des agissements ou des paroles répétées ayant pour objet ou pour effet une dégradation de ses conditions de vie susceptibles d'entraîner une altération de sa santé physique ou mentale.



**Q4 : Mon partenaire me dit constamment que tout ce que je fais est voué à l'échec, que je n'arriverai jamais à rien personnellement et professionnellement**

C'est de la violence psychologique qui est souvent difficile à identifier. Elle atteint profondément la personne visée car elle attaque l'image de soi et la confiance en soi. « Tu n'es bonne à rien, regarde de quoi tu as l'air, t'es qu'une incapable, tu n'y arriveras pas, tu sais bien que personne te croira, T'es qu'une malade, etc....

**Q5 : Mon partenaire élève rapidement la voix sur moi**

C'est une forme de violence verbale. Elever la voix par des messages de mépris, vous terroriser par intimidation, cris, hurlements : Tout peut être utilisé pour vous agresser, vous faire du mal pour installer la terreur. C'est inacceptable.

**Q6 : Mon partenaire m'empêche d'avoir des relations sociales ou amicales**

C'est une forme de violence psychologique. Il n'a pas à vous empêcher d'avoir des relations sociales ou amicales. Chacun a droit de conserver sa famille et ses amis. Il n'a pas à vous posséder et à vous isoler. Vous avez votre propre identité et il doit vous respecter. Il n'a pas le droit.

**Q7 : Mon partenaire contrôle mes déplacements, mes appels téléphoniques ...**

Ce n'est pas normal. Vous devez être libre de vos mouvements. C'est de la violence psychologique. La jalousie ne justifie pas de priver l'autre de sa liberté. Il cherche à contrôler tout ce que vous faites. Vous n'avez pas à lui rendre des comptes. Le contrôle n'est pas un gage de fidélité, ni de protection. Au contraire c'est un abus de pouvoir.

**Q8 : Mon partenaire m'a déjà brutalisée (gifles, secousses, coups à la main ou à l'aide d'objets )**

Ce n'est pas acceptable. Rien ne justifie qu'il vous traite de la sorte. Il, n'a pas le droit d'utiliser de son autorité et de sa force. C'est de la violence physique, circonstance aggravante et punie par la loi. Cette forme de violence atteint votre intégrité. Souvent les coups sont employés après la violence verbale et la violence psychologique pour obtenir la soumission escomptée.

**Q9 : Mon partenaire m'oblige à avoir certaines pratiques sexuelles (prostitution, sado-masochisme, échangisme, visionnage de films pornographiques ...)**

Etre en couple n'autorise pas à s'approprier le corps de l'autre. Le désir de l'un ne doit pas être imposé à l'autre. C'est de la violence sexuelle. Vous avez le droit de dire NON, c'est le respect de vous-même.

**Q10 : Mon partenaire m'oblige à avoir des relations sexuelles (vaginales, anales, buccales)**

Vous imposer des pratiques sexuelles que vous ne désirez pas est une violence sexuelle. Il est important de communiquer à votre partenaire vos attentes sans avoir peur que votre partenaire vous

quitte ou vous fasse une mauvaise réputation.

Un rapport sexuel non consenti, même au sein d'un couple, constitue un viol punissable par la loi.

### **Q11 : Mon partenaire m'empêche d'utiliser les revenus du foyer (salaires, allocations ...)**

Ce n'est pas normal. Vous avez le droit d'avoir accès librement à l'argent du ménage. C'est de la violence économique. En vous empêchant d'utiliser les revenus du foyer, il vous maintient dans la dépendance, et exerce davantage de contrôle sur vous.

### **Q12 : Mon enfant spectateur de la violence conjugale est-il victime ?**

La violence au sein du couple parental perturbe l'équilibre de l'enfant. Même si elle n'est pas dirigée contre lui, la violence conjugale affecte l'enfant qui la subit. Enfant spectateur = Enfant victime. Confronté à l'insécurité, à l'imprévisibilité des comportements, il est plongé dans une grande incertitude. Il peut se sentir responsable de protéger sa mère s'imaginant que le pire peut arriver s'il est absent, en détournant l'attention du père, en négociant avec lui ou en s'interposant entre les deux parents. Il vit dans la peur et la terreur

### **Q13 : Mon enfant m'a déjà insulté et/ou frappé ?**

L'enfant qui est spectateur de la violence conjugale, apprend au sein de la cellule familiale que c'est la loi du plus fort qui l'emporte. Il est face à un modèle de relations de couple totalement inégalitaires, où la femme est subordonnée à son conjoint par la violence. Le sentiment d'amour est associé à des attitudes d'agressivité et de violence. Il a du mal à faire la part des choses. De ce fait il reproduit les actes violents de son père sur sa mère car il vit avec un modèle violent.

Il est nécessaire de contrer la reproduction en :

-Brisant le secret de la violence

- Augmentant les connaissances de l'enfant sur la violence conjugale, les rôles et responsabilités de chaque membre de la famille afin de d'amener l'enfant à se déresponsabiliser, à reconnaître les différentes formes de violences et à mieux y réagir.

- Elaborant des scénarios de protection : (Connaître une personne en dehors de la famille à qui il peut se référer en cas d'urgence ainsi que les actions appropriées s'ils se retrouvent dans une situation de violence conjugale).

L'intervention auprès de l'enfant peut l'amener à se repositionner en tant qu'enfant, et à se consacrer aux activités et préoccupations de son âge et surtout à se protéger.

## **Quiz n° 3 : Violence conjugale ressentie**

### **Objectifs :**

- *Prise conscience de l'atteinte à l'intégrité, la dignité et à la sécurité*
- *Demande d'aide auprès des associations spécialisées*

### **DANS MA RELATION DE COUPLE :**

#### **Q1 : Je n'ai pas confiance en moi**

- Jamais       Parfois       Souvent

**Q2 : Je me sens dépendante de mon partenaire**

Jamais       Parfois       Souvent

**Q3 : J'ai renoncé à mon épanouissement personnel**

Jamais       Parfois       Souvent

**Q4 : Je n'ose pas parler de ma situation car j'ai peur des représailles**

Jamais       Parfois       Souvent

**Q5 : Je ne peux pas aborder les sujets de discorde avec mon partenaire (finances, famille, enfant, emploi ...)**

Jamais       Parfois       Souvent

**Q6 : J'ai perdu de nombreux amis/connaissances depuis le début de ma relation avec mon partenaire**

Jamais       Parfois       Souvent

**Q7 : Je me sens une mauvaise épouse ou une mauvaise mère**

Jamais       Parfois       Souvent

**Q8 : Je me sens incapable, nulle, insignifiante**

Jamais       Parfois       Souvent

**Q9 : Je me renferme sur moi-même**

Jamais       Parfois       Souvent

**Q10 : Je ne m'habille pas comme je le souhaite**

Jamais       Parfois       Souvent

**Q11 : Je fais passer les besoins des autres avant les miens**

Jamais       Parfois       Souvent

**Q12 : J'ai l'impression de revivre la même situation**

Jamais       Parfois       Souvent

### **MAXIMUM DE JAMAIS :**

Vous vivez une relation de couple équilibrée et égalitaire dans le respect réciproque. Vous conservez votre identité propre, votre dignité, vos propres jugements dans votre vie de couple, votre vie professionnelle et votre vie sociale. Vous êtes autonome et indépendante. Vous avez l'estime de vous-même et vous êtes intègre.

Vous vous suffisez à vous-même pour partager avec votre partenaire une relation où la confiance et le soutien mutuel sont les gages d'une réelle relation à deux. Continuez dans cette direction.

### **MAXIMUM DE PARFOIS :**

Vous vivez une relation de couple qui parfois peut être inégalitaire.

Attention de ne pas perdre votre identité et votre estime de vous-même dans des situations qui pourraient vous mettre en danger. Il serait nécessaire de poser des limites à votre partenaire et de les respecter afin qu'il vous considère en permanence comme une personne à part entière et non parfois comme son « déversoir » quand il a besoin d'évacuer son mal être.

Vous devez avoir votre propre jugement, et être capable de le défendre sans vous laisser influencer ni manipuler par les avis- positifs, négatifs ou neutres- de votre partenaire. Suffisez-vous à vous-

même. S'affirmez, se positionner quelle que soit la situation, c'est devenir un être autonome dans tous les domaines, notamment dans le domaine émotionnel. Vous avez le droit de vivre des moments qui vous appartiennent sans votre partenaire.

Etre libre c'est agir selon son libre arbitre. Pour se faire respecter, respectez-vous. Se respecter, c'est s'aimer. Pour s'aimer soi-même c'est commencez par croire en soi. Soyez vigilante.

### **MAXIMUM DE SOUVENT :**

Vous subissez certainement de la violence conjugale, quelle soit verbale, psychologique, physique, économique ou sexuelle. Vous vivez sous l'emprise et la domination de votre partenaire. Il n'a pas le droit et vous êtes en grand danger.

Votre partenaire recourt à un ensemble de tactiques s'inscrivant dans une stratégie générale de destruction progressive de votre identité. Le dénigrement permanent, les menaces voilées, les attitudes visent à restreindre votre liberté, le tout dissimulé derrière des conduites affectives pour vous désorienter sur le plan émotionnel.

Cette situation de violence va instaurer un isolement progressif de façon très subtil qui réduit vos possibilités de vous échapper, et vous expose à une terreur et angoisse vous poussant à cesser de voir vos amis et votre famille. Il vous domine et vous contrôle en permanence. Vous devenez son esclave émotionnelle.

Vous avez perdu tout contrôle de votre vie et certaines valeurs : dignité, estime de vous-même et certainement le goût à la vie. Même sans recevoir de coups, les violences psychologiques ou verbales vous confinent dans une prison mentale dont les barreaux invisibles sont la peur et l'intimidation. La violence psychologique et verbale sont des signes avant-coureurs d'une future agression physique.

A travers ces violences, il fragilise votre identité, en vous dépossédant de vos références et en diminuant votre capacité à vous épanouir dans votre environnement. Votre intégrité psychologique se fissure. Vous perdez confiance, vous vous sentez nulle, minable, insignifiante.

Vous devez refuser cette violence quelle que soit sa forme et dire NON.

La violence conjugale commence lorsque l'agresseur a l'assurance que l'autre dépend de lui.

C'est vrai qu'il est difficile de supporter que quelqu'un qu'on aime et qui est censé vous aimer, vous fasse subir une telle violence sans raison. Vous ne parvenez pas à justifier cette violence d'où la difficulté de prendre conscience de votre statut de victime et non de responsable. De plus deux souffrances supplémentaires se sont instaurées : la culpabilité et la honte qui vous met dans un état de vulnérabilité.

Il est difficile pour vous de déceler ou de dénoncer cette violence subie qui vous semble aléatoire. Un jour les insultes et agressions, l'autre jour prévenant et raisonnable. Le caractère imprévisible de votre partenaire mine les mécanismes de défense.

Il vous embrouille à vous faire perdre vos points de repère : Ne plus savoir ce qui est normal de ce qui ne l'est pas pour vous rendre responsable de cette violence. L'alcool et son vécu personnel n'excusent pas la violence qu'il vous fait subir. C'est vous la VICTIME et lui le RESPONSABLE de cette violence.

Dans un couple, quand un des deux profite du pouvoir que lui confère ce lien pour faire souffrir l'autre en exerçant sur lui de la violence, ce n'est pas de l'amour. Une relation de couple doit être égalitaire. S'il ne vous accepte pas telle que vous êtes, c'est qu'il ne vous accepte pas.

**On ne peut vivre en couple que si l'on est capable de vivre seule et de s'aimer. Vous avez de l'importance et vous valez quelque chose. Parvenir à vous aimer, permettra d'aimer les autres sans recourir au chantage affectif de rechercher l'intrusion, la dépendance ou la possession.**

## **COMMENT SORTIR DE LA DEPENDANCE POUR NE PLUS ETRE VICTIME MAIS DEVENIR SUJET DE VOTRE VIE ?**

- Si votre partenaire vous traite comme si vous ne méritiez pas d'être avec lui, rompez avant qu'il ne soit trop tard.
- Une relation ne doit pas être synonyme de souffrance et de dépendance.
- Savoir être seul avec vous-même, est la condition indispensable pour que renaisse l'estime de soi.
- Verbaliser vos attentes.
- Ne jamais renoncer à quelque chose d'important dans le seul but de gagner l'affection de l'autre.
- Ne pas quitter votre travail ou de vous éloigner de vos amis et de votre famille.
- Ne pas renier vos croyances et vos idées politiques.
- Ne pas renoncer à une part de vous-même, de votre personnalité, de votre dignité, de votre identité.
- Ne jamais construire une relation fondée sur la soumission ou l'admiration aveugle.
- Accepter les compliments, ne cherchez pas d'excuses pour diminuer les mérites reçus.
- Ne vous reniez pas et ne vous dépréciez pas.
- Respectez votre corps, votre corps c'est vous, il vous appartient, c'est à vous de décider comment et quand, et où et avec qui le disposer.
- Apprenez à vous aimer.

NOUS SOMMES TOUS EGAUX DEVANT LA LOI