**Quiz**

**SUR LA VIOLENCE**

**Êtes-vous victime de violence?**

1. Avez-vous peur du tempérament de votre partenaire?
2. Craignez-vous d’être en désaccord avec votre partenaire?
3. Excusez-vous constamment pour le comportement de votre partenaire, surtout lorsqu’il ou elle vous a maltraité(e)?
4. Devez-vous justifier chaque endroit où vous allez, tout ce que vous faites?
5. Votre partenaire vous rabaisse-t-il ou elle constamment pour ensuite vous dire qu’il ou elle vous aime?
6. Avez-vous déjà été frappé(e) ou poussé(e) par votre partenaire, vous a-t-il ou elle déjà donné des coups de pieds ou lancé des objets?
7. Évitez-vous de voir votre famille ou vos amis simplement à cause de la jalousie de votre partenaire?
8. Avez-vous déjà été forcé(e) d’avoir des relations sexuelles lorsque vous n’en aviez pas envie?
9. Avez-vous peur de rompre parce que votre partenaire vous a menacé(e) de se faire du mal?
10. Avez-vous moins confiance en vous lorsque vous êtes avec lui ou elle?
11. Avez-vous peur de dire « la mauvaise chose »?
12. Vous retrouvez-vous à changer votre comportement parce que vous avez peur ou pour éviter une dispute?

Si l’une ou plusieurs des questions ci-dessus s’appliquent à votre relation, vous êtes victime de violence et vous avez le choix. Vous pouvez :

1. Mettre un terme à la relation et décider de ne plus voir votre partenaire.
2. Obtenir de l’aide de quelqu’un en qui vous avez confiance, préférablement un adulte.
3. Vous rendre au centre d’aide de votre école.
4. Contacter le centre offrant un programme d’aide aux victimes de violence familiale le plus près de chez vous.

**VOS DROITS**

Vous avez le droit de…

* Exprimer vos opinions et de les faire respecter.
* Avoir des besoins tout aussi importants que ceux de votre partenaire.
* Grandir comme personne de votre propre manière.
* Changer d’avis.
* Ne pas prendre la responsabilité des comportements de votre partenaire.
* Ne pas être maltraité(e) physiquement, sexuellement ou psychologiquement.
* Rompre avec quelqu’un dont vous avez peur.
* Être heureux (se) et en santé.

Parlez à vos parents ou à un autre membre adulte de votre famille, à un conseiller scolaire ou à un enseignant ou contactez le centre d’aide aux victimes de violence conjugale le plus près de chez vous.

N’OUBLIEZ SURTOUT PAS QUE VOUS N’ÊTES PAS SEUL(E) DANS VOTRE SITUATION. PARLER À QUELQU’UN PEUT VOUS AIDER. SANS AIDE, LA VIOLENCE RISQUE GRANDEMENT DE S’AGGRAVER.

POUR PLUS DE RENSEIGNEMENTS

[womensministries@gc.adventist.org](mailto:womensministries@gc.adventist.org)

[www.adventistwomensministries.org](http://www.adventistwomensministries.org/)

[www.enditnow.org](http://www.enditnow.org/)

Département du Ministère des femmes

Conférence générale des adventistes du septième jour

12501 Old Columbia Pike

Silver Spring, MD 20904-6600 USA

Téléphone : 1 (301) 680-6608

LA VIOLENCE

DANS LES RELATIONS AMOUREUSES

LA VIOLENCE

EST INEXCUSABLE

**LISTE DE**

**signaux d’alarme**

( ) **Jalousie :** la jalousie extrême et la quasi-paranoïa peuvent mener à l’isolement de la victime. Exemple : la copine ne peut remarquer, regarder ou parler à un autre garçon, elle ne peut sortir seule ou avec des amis.

( ) **Vie familiale :** expérience de violence ou témoins de situations violentes à la maison durant l’enfance. Exemple : le père maltraite la mère, le frère maltraite sa femme ou sa copine, personne maltraitée en enfance par un parent, un frère ou une sœur.

( ) **Haine envers la mère :** forts sentiments négatifs envers la mère; parle en mal de la mère ou dénigre la mère ou les femmes en général.

( ) **Tempérament colérique, faible maîtrise de l’impulsivité :** recours rapide à la violence; se met facilement en colère, utilisation fréquente d’agressivité physique pour résoudre les problèmes.

( ) **Abus de substances :** consommation régulière d’alcool ou de drogues. Exemple : la personne violente dit, « Je n’aurais pas fait cela si je n’avais pas bu ». La victime excuse le comportement : « Il ne me frappe que lorsqu’il a bu. »

( ) **Idées rigides des rôles :** façon fantaisiste de voir la vie : un seul rôle convient aux femmes, elles doivent être dépendantes, soumises et dociles; un seul rôle convient aux hommes, ils sont les chefs, les décideurs, ils sont dominants et machos.

( ) **Contrôle :** celui qui le détient dirige la relation, le point de vue des autres importe peu, ses opinions, états d’esprit et croyances doivent toujours avoir le dessus.

( ) **Dictature :** désir du contrôle absolu. Exemple : il dicte à la victime comment s’habiller, se maquiller, se coiffer, choisir ses amis, etc.

( ) **Agression déplacée :** passer, consciemment ou non, sa colère sur quelque chose qui n’a rien à voir avec le problème en question. Exemple : l’agresseur est en colère à cause de quelque chose qui s’est produit à l’école, au travail ou à la maison, puis frappe sa copine.

( ) **Frapper les murs, lancer des objets, insulter :** gestes qui mènent généralement à de la violence physique.

( ) **Double personnalité :** sautes d’humeur extrêmes.

( ) **Faible estime de soi :** image de soi négative, donc rabaisser les autres pour se sentir mieux dans sa peau.

**Définition et**

**CARACTÉRISTIQUES**

La violence dans les relations amoureuses entre adolescents est un schéma comportemental violent et de contrôle sur une autre personne. Il peut s’agir de :

* Toute sorte de violence physique ou de menaces de violence physique pour obtenir plus de contrôle.
* Violence psychologique ou mentale, comme jouer avec les sentiments de l’autre, lui donner l’impression qu’il est fou, lui envoyer sans cesse des textos (SMS) ou le rabaisser et le critiquer sans cesse.
* Destruction des devoirs scolaires.
* Contrôle des activités scolaires auxquelles l’autre peut participer.
* Violence sexuelle, comme forcer l’autre à faire des choses contre son gré ou lui faire sentir qu’il n’est pas à la hauteur sur le plan sexuel. Il peut également s’agir de menaces de viol.

**CERTAINS EFFETS DE LA VIOLENCE DANS LES RELATIONS AMOUREUSES**

Automutilation

Piètres habiletés de communication

Cauchemars

Craintes

Manque de concentration

Insomnie

Retrait

Colère

Promiscuité sexuelle

Paranoïa

Honte

Agressivité

Perte de confiance en soi

Difficulté à prendre des décisions

Troubles alimentaires

Dépression

Culpabilité

Anxiété

**STATISTIQUES**

Les adolescents qui maltraitent leur copain ou copine font la même chose à l’âge adulte. La violence dans les relations amoureuses entre adolescents est toute aussi grave que la violence conjugale entre deux adultes. Et elle est fréquente.

* Environ une élève de niveau secondaire sur cinq rapporte avoir été agressée physiquement ou sexuellement par un partenaire.

*(*Jay G. Silverman, Ph.D.; Anita Raj, Ph.D.; Lorelei A. Mucci, MPH; and Jeanne E. Hathaway, MD, MPH, “Dating Violence Against Adolescent Girls and Associated Substance Use, Unhealthy Weight Control, Sexual Risk Behavior, Pregnancy, and Suicidality,” *Journal of the American Medical Association,* Vol. 286, no 5, (2001).)

* La violence dans les relations amoureuses entre adolescents transcende la race, le sexe et le statut socioéconomique. Les filles comme les garçons en sont victimes, mais ils usent de la violence de manières différentes.
  + Les filles ont davantage tendance à crier, à menacer de se faire du mal, à pincer, à frapper, à griffer et à donner des coups de pieds.
  + Les garçons blessent les filles plus grièvement et fréquemment.
  + Certains adolescents sont victimes de violence de manière occasionnelle.
  + D’autres sont maltraités plus souvent, voire quotidiennement.

*(“Teen Victim Project*,” National Center for Victims of Crime, [http://www.ncvc.org](http://www.ncvc.org/).)

* Les jeunes âgés de 12 à 19 ans sont victimes des taux les plus élevés de viol et d’agression sexuelle. Les adolescents âgés de 18 et 19 ans sont victimes des plus hauts taux de harcèlement. Environ une adolescente sur trois aux États-Unis est victime de violence physique, psychologique ou verbale d’un amoureux. ([*www.futureswithoutviolence.org*](http://www.futureswithoutviolence.org/).)
* La violence entre amoureux adolescents est liée au risque accru de consommation de substances, aux comportements malsains de maîtrise du poids, aux comportements sexuels risqués, aux grossesses précoces et au suicide. (Molidor, Tolman, & Kober, (2000).)

Les relations violentes connaissent leurs bons et leurs mauvais jours. L’amour étant mêlé à la violence, la violence dans les relations amoureuses est particulièrement déroutante. Et la présence de la violence peut être difficile à déceler. Dans le doute, voir la liste des signaux d’alarme. Tous méritent d’être en tout temps traités avec amour et respect par leur copain ou copine.

Mythes et

ATTITUDES

**L’agresseur**

* « Le garçon doit avoir le contrôle de la relation. »
* « Certaines filles veulent être maltraitées, c’est pourquoi elles restent. »
* « C’est la fille qui est responsable de la violence de son copain. »
* « Quand un garçon est en colère, il ne peut se maîtriser. »
* « C’est normal de la frapper; peut-être qu’elle a appris, pour la prochaine fois, à ne pas me mettre en colère. »

**La victime**

* « Je l’aime et je suis la seule qui peut l’aider. »
* « Je n’aurais pas dû l’embêter. »
* « C’est ma faute s’il s’est fâché. »
* « Si je change, il changera aussi. »

**Quiz**

**SUR LA VIOLENCE**

**Êtes-vous violent(e)?**

1. Surveillez-vous constamment votre partenaire pour l’accuser d’être en présence d’autres personnes?
2. Êtes-vous extrêmement jaloux (se) ou possessif (ve)?
3. Avez-vous déjà frappé ou poussé votre partenaire ou lui avez-vous déjà donné des coups de pieds ou lancé des objets?
4. Avez-vous déjà menacé votre partenaire ou brisé des objets en sa présence?
5. Avez-vous déjà forcé votre partenaire à avoir des relations sexuelles avec vous ou l’avez-vous déjà intimidé(e) de manière à ce qu’il ou elle ait peur de dire non?
6. Avez-vous déjà menacé votre partenaire de le ou la blesser?
7. Avez-vous déjà menacé votre partenaire de vous faire du mal s’il rompait avec vous?

Si l’une ou plusieurs des questions ci-dessus s’appliquent à votre comportement, vous devez reconnaître que vous infligez à votre partenaire de la violence physique, psychologique, verbale ou sexuelle. Si vous reconnaissez faire quelque chose de mal, alors :

1. Vous devez assumer la responsabilité de vos actes.
2. Vous ne pouvez accuser votre partenaire ou d’autres personnes pour votre comportement.
3. Vous pouvez changer votre manière de vous comporter en suivant une thérapie.
4. Vous pouvez vous rendre au centre de thérapie le plus près de chez vous.
5. Vous devez agir le plus rapidement possible. Sinon, vous deviendrez de plus en plus violent(e).
6. Vos comportements violents vous portent peut-être à enfreindre la loi.