

BLEUE DE TOI

OUTIL PÉDAGOGIQUE
SUR LES VIOLENCES AU SEIN DES RELATIONS AMOUREUSES

FICHE
PÉDAGOGIQUE

Bleu·e de toi

Outil pédagogique
sur les violences au sein des relations amoureuses

D'après une idée originale O'YES,
inspiré de l'outil "Violentomètre"
du Centre Hubertine Auclert (France)

MOTS CLÉS :

Violences - Relations amoureuses - Contrôle - Emprise -
Respect - Consentement - Confiance - Jalousie

MATÉRIEL :

16 cartes "Situations"
5 cartes OK et 5 PAS OK dans des pochettes
individuelles (8 pochettes fournies - 88 cartes)
1 joker par pochette
une urne/ pochette/ ... opaque pour voter
+ à prévoir par la personne qui anime :
1 espace pour écrire/dessiner/ exprimer la distinction
entre situations safe/dangereuses (tableau blanc,
feuilles, nappe, A3, feutres, crayons ...) ou pour
récapituler les solutions et les situations positives

PUBLIC-CIBLE :

15 - 30 ans

NOMBRE DE PARTICIPANT·ES :

2 à 8

DURÉE DE L'ANIMATION :

De 15 minutes à une heure

CADRE :

Maîtriser la thématique des violences au sein de la
relation amoureuse (cycles des violences, différentes
formes de violences...), maîtriser le cadre légal et le
contexte belge en lien avec le thème.

OBJECTIFS DU JEU

- Permettre aux jeunes de savoir distinguer les situations violentes des situations bienveillantes dans le cadre des relations amoureuses
- Prendre conscience qu'il existe d'autres violences que la violence physique
- Permettre aux jeunes de repérer les personnes ou structures ressources belges pour prévenir ou sortir des schémas relationnels problématiques

MESSAGES À FAIRE PASSER

Les violences au sein des relations amoureuses, quel que soit le niveau d'engagement, **ne sont pas acceptables et peuvent être punies par la loi**.

Les violences ne doivent pas être confondues avec un conflit.
(Cfr Définition de la violence conjugale au point 5 "À maîtriser avant l'animation")

Les violences au sein des relations amoureuses ne se limitent pas à la violence physique. On peut faire du mal à l'autre en paroles et en actes. On peut également faire du mal à l'autre, même sans geste ou sans mot.

Les situations de violence peuvent toucher tout le monde, qu'importe la classe sociale, l'âge, la culture ou les attirances sexuelles et/ou romantiques des individus.

Lors de situations de violence, il est important de rappeler que la victime ne mérite jamais les violences qui lui sont infligées.

Une relation saine implique le **respect** de ses propres **désirs et envies**, ainsi que ceux de l'autre personne. Elle doit permettre la **communication**, la **liberté** et la **confiance mutuelle** ainsi que les compromis mutuels.

Valoriser l'autre renforce l'**estime de soi**. Il est important d'être attentif-ve au bien-être de l'autre.

Dans toute relation, qu'elles soient ponctuelles ou de longue durée, le **consentement** de chaque personne reste de mise. L'autre ne nous appartient pas. Céder n'est pas consentir, même pour faire plaisir à l'autre.

Il est important de faire attention à la tolérance à l'humour de l'autre, de prendre en compte le contexte émotionnel de l'autre, d'accepter ses **limites** et de pouvoir les entendre.

Il est important d'être à l'écoute de ses **propres ressentis** et émotions, de les communiquer et de les verbaliser (si possible).

Point d'attention : le jeu ne permet pas d'aborder toutes les situations. La personne qui anime veillera néanmoins à faire passer tous les messages.

DÉROULEMENT D'UNE PARTIE

La personne qui anime veille à pouvoir discuter d'au moins une situation positive.

1. Distribuer les pochettes contenant 5 cartes OK, 5 cartes PAS OK et 1 joker à chaque jeune.
2. Puis, proposer à 1 jeune de piocher une carte situation et de la lire au groupe. Relire la situation (pour s'assurer de sa bonne compréhension) avant de proposer aux jeunes de voter.
3. Chaque personne vote en déposant la carte de son choix (OK, PAS OK, joker) dans l'urne prévue à cet effet. Le joker ne peut être utilisé qu'une seule fois au cours de la partie et n'est pas obligatoire.
4. La personne qui anime dépouille les résultats et s'en sert comme base pour lancer les échanges entre les jeunes.

DISCUSSION

1. La personne qui anime propose des relances : pour les situations problématiques, demander ce qu'il faut faire pour revenir dans le "OK" et si on ne peut revenir dans le OK, identifier les stratégies que l'on peut mettre en place pour que cette situation soit "supportable".
2. Quand un joker est utilisé, prendre le temps de déterminer ce qui empêche de se positionner. Les participant-es récapitulent en identifiant les situations bienveillantes des situations problématiques (à l'écrit, sur un tableau ou des feuilles). Cette étape peut se faire après chaque situation.
3. Recommencer le processus en tirant une nouvelle carte, et ainsi de suite en fonction du temps imparti.
4. Terminer avec les messages à faire passer aux jeunes et s'assurer qu'ils et elles ont bien identifié les structures ressources.

CONSEILS D'UTILISATION

- Poser un cadre sécurisant et non jugeant qui favorise la discussion.
- Préciser que ce sont les comportements qui sont évalués par le groupe et non des personnes qui sont jugées. Des participant-es peuvent s'identifier à la fois comme agressé-e ou auteur/autrice. Il est important de préciser la différence entre conflit et violence et que des comportements peuvent être modifiés.
- Veiller à ne pas être hétéronormé-e (c'est-à-dire ne pas considérer que tout le monde est hétérosexuel ; d'autres formes de sexualité existent), et à ne pas exclure les autres formes de relations (autres que le schéma classique, monogame et reposant sur un principe d'exclusivité).
- Veiller à être nuancé-e sur l'aspect genré des violences dans les relations : si dans la majorité des cas, ce sont des femmes qui sont victimes de violences de la part d'un homme, l'emprise se fait aussi dans d'autres sens (peu importe le genre).
- TW ce jeu peut mettre certain-e-s joueur-euse-s dans une situation de détresse. Il est important de prévenir, en amont du jeu, de la thématique abordée.

À MAÎTRISER AVANT L'ANIMATION

A. La violence conjugale “est dans une relation privée ou privilégiée, une atteinte volontaire à l'intégrité de l'autre, une emprise, un conditionnement dont il est difficile de sortir lorsqu'on en est une des victimes.” (FNSF 2017)

Les violences (psychologiques, sexuelles, physiques,...) sont donc **punissables par la loi**, qui dispose d'un arsenal législatif important visant à lutter contre ce phénomène.

Attention aux stéréotypes et préjugés : la personne qui anime doit savoir que les violences dans les relations amoureuses n'ont pas de lien avec le milieu social ou la (sur)**consommation d'alcool** (souvent utilisée pour justifier ou expliquer les violences). Enfin, elles n'ont aucun lien avec le **physique**. Il n'existe pas une tête type de l'agresseur/agresseuse. La plupart du temps, une personne violente aura un double visage : charmante et brillante dans la vie sociale ; violente à la maison, dans la vie privée.

On ne naît pas violent-e (c'est le fruit d'une “**histoire collective et personnelle, de la construction sociale, du poids d'une culture patriarcale**”).

Il n'y a **pas de profil type de victime** non plus (il y a des facteurs de risques : “histoire personnelle, des périodes de fragilité, de vulnérabilité”).

D'autre part, si les **violences entre partenaires touchent tous les genres**, de nombreuses études démontrent que les **femmes sont davantage victimes que les hommes** (5 cas sur 6). Selon la Fédération des Centres de Planning familial des FPS (2019) “L'institut de Santé Publique rapporte en 2001 que les hommes représentent 1% des victimes de violences conjugales”. Enfin, en 2010, l'Institut pour l'Égalité des Femmes et des Hommes estimait qu'en Belgique, une femme sur sept avait été confrontée à au moins un acte de violence commis par son (ex-)partenaire au cours des 12 mois précédents.

Les chiffres concernant les violences dans les couples LGBTQI+ sont encore trop peu visibles en Belgique et dans le monde actuellement alors que c'est une population qui vit au moins les mêmes types de violences que les individu-es mentionné-es dans les études précitées.

Cependant, **attention aux chiffres**, ils sont utilisés de manière indicative mais ne sont qu'un reflet biaisé de la réalité (sous-estimation). En effet, les victimes ne portent pas systématiquement plainte et ne demandent pas forcément de l'aide. Toujours d'après la Fédération des Centres de Planning familial des FPS (2019), “la plupart des chiffres ont été recueillis via des statistiques de police ou auprès d'intervenants médicaux”. Or, beaucoup de personnes victimes de violences entre partenaires n'osent pas recourir à ces moyens.

Cela peut être expliqué d'une part en raison des **pressions** que les victimes peuvent subir. **Pression directe** émanant de l'agresseur/agresseuse (menaces, etc.), ou **pression sociale**.

Par exemple, certaines classes sociales « élevées » pourraient avoir tendance à étouffer leur situation sous prétexte que, d'après leurs croyances, les violences conjugales ne concernent que les personnes de « classes populaires ».

On peut également penser aux pressions sociales liées au **stéréotypes de genres**. Le fait que peu d'hommes accuseront leur femme de violences envers eux de peur d'être jugés « faibles » par leur entourage en est une bonne illustration.

Enfin, il semble important de rappeler que si les violences dans les relations amoureuses n'ont **pas de classe, de genre**, etc, elles n'ont pas non plus **d'orientation sexuelle**.

B. Les différentes formes de violences (Global thinking fundation, 2019)

La violence verbale est caractérisée par des injures, insultes, menaces, ou intimidations.

La **violence psychologique** regroupe diverses attitudes adoptées par la personne violente: humiliation, dévalorisation, propos méprisants, chantage affectif, ne plus adresser la parole, les menaces de suicide ou de meurtre, le contrôle des fréquentations et des communications, etc.

La **violence physique** regroupe les “bousculades, les coups avec ou sans objet, étranglement, brûlures, séquestrations, ...”.

La **violence sexuelle** comprend les “agressions sexuelles ou viols; refuser ou imposer une contraception, imposer des pratiques sexuelles non consenties”.

Dans la **violence économique**, l'agresseur-euse se voit “contrôler les dépenses, contrôler et confisquer les moyens de paiement, interdiction de travailler”.

La **violence administrative** est exercée “au moyen de confiscation de documents (carte nationale d'identité, passeport, livret de famille, carnet de santé, permis de conduire, bulletins de salaire, diplôme, ...)”.

La **cyberviolence** regroupe des comportements comme la cyberintimidation, le cyberharcèlement, la géolocalisation, le revenge porn, la cybersurveillance de l'espace numérique de l'autrui, etc.

EXPLICATION DES CARTES

Les couleurs sont à titre d'information. Cette répartition sert de base de discussion mais la personne qui anime ne donne pas nécessairement le classement.

Chaque situation commence par un "débrief" des positions de chacun.e. Il se peut que des participant-es identifient une situation problématique comme "OK" => c'est le moment de préciser sa pensée et de faire appel au groupe pour alimenter la discussion pour permettre à tous-tes d'identifier ce qui est dangereux. Si un joker est utilisé, faire préciser quelle est la difficulté rencontrée.

Questions introductives afin de lancer le débat pour chaque situation :

- Pourquoi c'est ok ? Qu'est-ce que tu identifies de positif ?
- Pourquoi n'est-ce pas ok ? Qu'est-ce que tu identifies de négatif ?

Questions conclusives pour terminer la discussion sur les situations problématiques, avant le récapitulatif des jeunes :

- Comment faire pour que ça aille mieux pour l'un-e et l'autre ?
- Que mettre en place pour se protéger ?

Résumé des messages :

- Ecoute tes émotions
- Quand ça ne va pas, communique avec l'autre
- Si la communication est impossible, fais appel à quelqu'un d'extérieur (proche, structure, professionnel-e...)
- Si tu te sens en danger, tu n'es jamais seul-e : fais appel à quelqu'un d'extérieur (proche, structure, professionnel-e...)

SITUATIONS

Demander à l'autre : "Tu as envie d'aller à la mer avec moi ?"

Relances :

Est-ce qu'on peut faire quelque chose pour son/sa partenaire juste pour lui faire plaisir ?

Et si l'autre n'a pas envie, c'est grave ? Est-ce qu'ils/elles y vont quand même ?

Lui dire que sa nouvelle veste lui va très bien.

Relances :

L'avis de l'autre est-il important ?

S'habiller, se maquiller : pour soi ou pour l'autre ?

Et si l'autre n'aime pas, est-ce qu'il/elle a le droit de le dire ? Si oui, comment le dire ?

Les compliments, est-ce que c'est important ?

Accepter que l'autre voie son père à l'improviste et annule votre soirée prévue depuis longtemps.

Relances :

Si on remplace le père par les ami-es, est-ce la même chose ?

Est-ce qu'on doit toujours faire tout à deux ? Est-ce qu'on a le droit de voir ses ami-es ?



Ignorer l'autre pendant des jours.

Relances :

Qu'est-ce qui se passe entre les 2 partenaires ?

Que peut-on faire pour que le silence s'arrête ?

À quoi ça sert d'ignorer ? Est-ce que c'est grave ?

Comment on se sent quand l'autre a "vu" son message mais n'y répond pas ?

Est-ce que le silence, c'est une violence ou une souffrance ? Pour qui ?

Comment tenir compte des réalités de l'autre ? (besoin de temps pour répondre, pas envie de répondre tout de suite...)

Lui demander de choisir entre une soirée à deux et le resto prévu avec ses ami-es.

Relances :

Et si ça arrive souvent ?

-> demander de choisir

-> passer du temps avec ses ami-es

Comment gérer et communiquer ses émotions de manière bienveillante, sans culpabiliser l'autre ?

Est-ce qu'être ensemble, c'est être toujours à 2 ?

Lui dire : "Ta tenue me fait honte si tu sors comme ça".

Relances :

Si l'autre n'aime pas, est-ce qu'il/elle a le droit de le dire ? Si oui, comment le dire ?

Est-ce que cette remarque est acceptable ? Est-ce que ça peut blesser l'autre ?

Est-ce qu'on a le droit de faire changer l'autre ?

Se moquer de son ou sa partenaire devant ses ami-es.

Relances :

À partir de quel moment on fait la différence entre l'humour (la taquinerie) et la moquerie ?

Est-ce que c'est (+ ou -) grave si ça se passe sur un réseau social ?

Est-ce que c'est (+ ou -) grave si ça se passe en privé ?

Est-ce (+ ou -) grave si c'est répétitif ?

Point d'attention : l'humiliation, publique ou pas, est une violence.

Lui demander une photo de lui ou d'elle nu-e.

Relances :

Si on dit non, que faire si l'autre insiste ?

Comment réagir face aux dick pics ?

Et si un garçon reçoit une photo de nu sans l'avoir demandé ?

Que vont devenir ces photos ? Jusqu'où peuvent-elles aller ?

Point info :

Une dick pic est une photographie de pénis, généralement en érection, envoyée par internet (réseau social, site de rencontres, messagerie instantanée, courrier électronique, etc.). Cette pratique sexuelle exhibitionniste peut s'apparenter à du cyberharcèlement sexuel, lorsqu'elle est envoyée à quelqu'un sans consentement. Lorsqu'elle est envoyée à quelqu'un avec son consentement, il s'agit de sexting.

Point conseil :

Le consentement de l'autre est indispensable avant l'envoi d'un nude.

Pour envoyer son propre nude de manière safe, faire attention au cadre et aux caractéristiques physiques identifiables.

Lui demander d'arrêter de voir une certaine personne.

Relances :

Penses-tu que les amoureux s'appartiennent ?

Est-ce que la confiance est importante dans le couple ?

Comment favoriser la confiance dans le couple ?

Est-ce que la jalousie a sa place dans un couple ?

Qu'est-ce que la jalousie peut traduire chez celui/celle qui est jaloux/se ?

Comment faire confiance en la capacité de jugement/de discernement de l'autre ?

Regarder les messages dans le téléphone ou les réseaux sociaux de l'autre.

Relances :

Est-ce problématique ?

Est-ce qu'il y a des actions plus graves que d'autres (entre checker les like et lire les messages ?)

Est-ce que c'est grave de fouiller les comptes de l'autre ?

Et si l'autre est consentant ?

Où se situe la limite de l'intimité ? Est-ce qu'il faut tout partager avec son ou sa partenaire ?

Et si on se fait passer pour l'autre sur les réseaux sociaux ?

Point info :

Depuis le 11 juin 2020, la cyberviolence est considérée au même titre que les violences physiques, la violence psychologique ou encore le harcèlement comme violence domestique par la Cour européenne des droits de l'homme.

Usurper une identité/ utiliser les photos de quelqu'un d'autre est illégal.

Installer la géolocalisation sur le téléphone de l'autre.

Relances :

Être en couple, est-ce toujours savoir où l'autre est, ce que l'autre fait ?

Est-ce légal d'installer une appli espionne à l'insu de l'autre ?

Si le/la partenaire s'en rend compte, comment va-t-il/elle se sentir ? Comment peut-il/elle réagir ?

Est-ce que la confiance ne suffit pas ?

Et si l'autre est consentant pour installer l'appli ? (inquiétude par rapport à l'autre, volonté de le/la rassurer ou de se rassurer soi-même...)

Point info :

Une plainte peut être déposée pour une installation à son insu mais il est important de communiquer sur ses limites, sur ce qu'on autorise et dans quel contexte

Lui dire : "ça ne sert à rien de t'inscrire au cours de piano ; tu vas être nul-le, c'est sûr !"

Relances :

Comment son/sa partenaire peut se sentir ?

A-t-on le droit de dévaloriser l'activité/le hobby de son/sa partenaire ?

Même si on n'a pas les mêmes centres d'intérêt, comment manifester son intérêt pour l'autre ?



Prendre/cacher/confisquer la carte bancaire sous prétexte qu'il ou elle dépense trop d'argent.

Relances :

Est-ce que ce genre d'action est considéré comme un acte de préoccupation de l'autre ?

Et si c'est pour empêcher l'autre d'aller faire des courses ou d'aller boire un verre ?

Si c'est une fois ?

Si ça se répète et que le/la partenaire n'est pas d'accord ?

Si c'est une demande du/de la partenaire ?

Envoyer un nude de l'autre à des ami-es sans sa permission.

*** nude: image nue de soi ou d'un-e autre**

Relances :

Comment peut se sentir la personne dont on a envoyé la photo ?

Est-ce qu'il/elle peut encore faire confiance à l'autre ?

Et si ce n'est pas un nude ? (personne saoule...)

Est-ce que le contexte change le ressenti ? (pas nu, aux ami-es, ...)

Comment peut réagir la personne de la photo ?

Point Info :

Ceci est une situation d'illégalité. Une plainte est possible. Child Focus est une ressource à qui s'adresser (Child Focus a des moyens pour supprimer ces photos sur certains réseaux et plateformes).

Envoyer un nude de manière safe ? Faire en sorte que son visage ne soit pas visible ou que des parties du corps identifiables ne soient pas visibles (un tatouage, un grain de beauté ...)

Frapper son ou sa partenaire pour la première fois. Promettre que ça ne se reproduira plus.

Relances :

Est-ce qu'une première fois est excusable ?

Si la personne qui frappe a bu, est-ce que ça peut être une excuse ?

Si l'un-e a "provoqué"/"énervé"/"choqué"... l'autre, est-ce acceptable qu'il/elle reçoive un coup ?

Frapper le mur à côté du/ de la partenaire est-il acceptable ?

Est-ce que pousser, bousculer font partie des violences physiques ?

Comment les aider si on est témoin ?

Qui conseiller si l'un-e ou l'autre demande de l'aide ?

Point info :

Pousser, bousculer, frapper dans un mur, etc font partie des violences physiques.

On n'est jamais seul-e : on peut toujours se tourner vers des ressources externes.

L'auteur-e de violences peut s'en rendre compte et se tourner vers des structures/personnes ressources (Praxis par exemple).

La victime de violences peut se tourner vers des structures/personnes ressources.

Il n'y a pas de profil type d'auteur-e ou de victime.

Point d'attention :

Ne pas juger une victime qui excuse la violence de l'autre : sortir d'un cycle de violence prend du temps.

Insister pour faire l'amour jusqu'à ce que l'autre cède.

Relances :

Est-ce qu'en cédant l'autre a consenti ?

Le consentement est-il définitivement acquis quand on est dans une relation ?

Et si l'autre avait dit oui dans la journée et change d'avis le soir ?

Et si l'un-e demande du sexe en échange d'un massage/d'une faveur, est-ce moins violent ? Est-ce un compromis ?

Comment accepter le non de l'autre ?

Est-ce qu'un viol est possible dans un couple ?

Point info :

Les violences sexuelles (dont le viol) peuvent exister au sein de certaines relations, même de longue durée.

Le viol conjugal est une forme de violence exercée par le partenaire intime et est condamné par la loi depuis 1989.

RESSOURCES

SPOT VIDÉO :

#ARRETE C'est de la violence : <https://arrete.be/>

OUTIL PÉDAGOGIQUE :

COPA (2013). Le Jeu des 3 OUI du consentement!

SITE INTERNET PÉDAGOGIQUE CANADIEN :

<https://cestpasviolent.com/>

LE NUMÉRO VERT «ECOUTE VIOLENCES CONJUGALES»:

0800 30 030 (gratuit et anonyme, 24h/24 7J/7)

CHAT sur www.ecouteviolencesconjugales.be.

SERVICES D'ACCUEIL ET D'ACCOMPAGNEMENT POUR VICTIMES

Liège :

CVFE asbl (Collectif contre les Violences Familiales et l'Exclusion)

La Louvière :

Asbl Solidarité Femmes (Tél. 064 21 33 03) et Refuge pour femmes battues

Bruxelles:

CPVS (Centre de Prise en charge des Violences Sexuelles) (+32 (0)2 535 47 14)

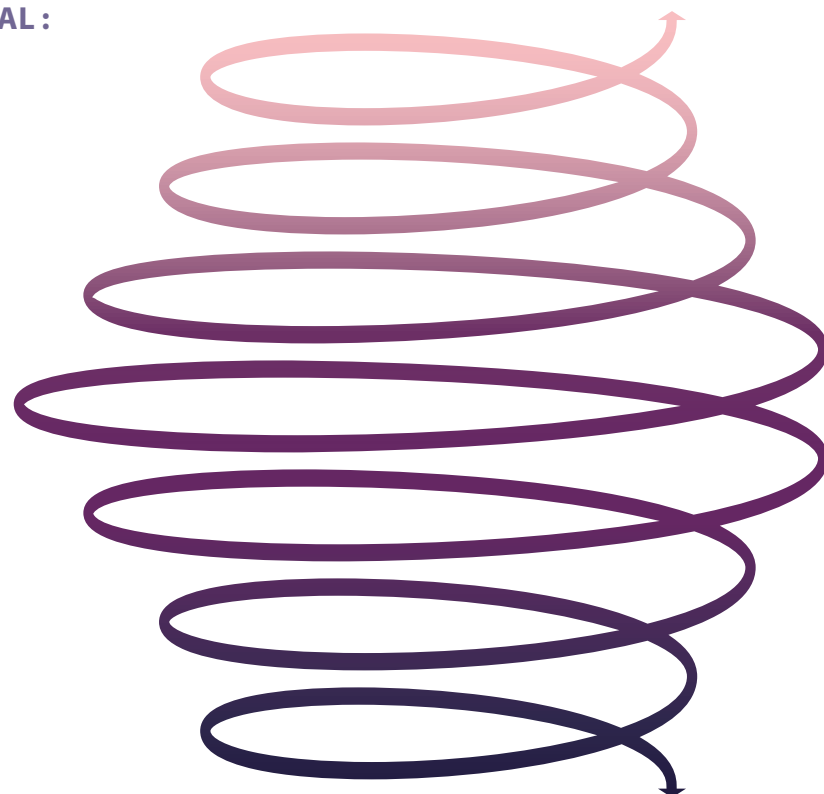
<https://cpvs.belgium.be/fr>

Un service d'accueil et d'accompagnement pour auteurs de violences :

Liège, Bruxelles et La Louvière : Praxis asbl

CENTRES DE PLANNING FAMILIAL :

www.loveattitude.be



BIBLIOGRAPHIE

Amnesty International (2020). Chiffres sur la violence conjugale.

En ligne: <https://www.amnesty.be/campagne/droits-femmes/violence-conjugale/article/chiffres-violence-conjugale>

Centre Hubertine Auclert (2018). Le violentomètre.

En ligne: <https://www.centre-hubertine-auclert.fr/article/outil-de-prevention-des-violences-le-violentometre>

La Fédération militante des Centres de Planning Familial Solidaire (2019). Dossier violences conjugales.

En ligne: <https://www.planningsfps.be/nos-dossiers-thematiques/dossier-violences-conjugales/>

Global thinking fundation (2019). Guide pratique. Violences économiques et conjugales. Outils et prévention.

En ligne: <https://www.gltfoundation.com/fr/education-financiere-pour-combattre-la-violence-economique/>

Institut pour l'égalité des hommes et des femmes (2010). Les expériences des femmes et des hommes en matière de violence psychologique, physique et sexuelle.

En ligne: https://igvm-iefh.belgium.be/sites/default/files/downloads/41%20-%20Dark%20number_FR.pdf

Madmoizelle (2019). Le cyber contrôle dans le couple, c'est quoi et comment s'en prémunir?

En ligne: <https://www.madmoizelle.com/jalousie-surveillance-couple-884385>

Solidarité Femmes Fédération Nationale (2017). Suis-je victime de violences conjugales?

En ligne: <http://www.solidaritefemmes.org/suis-je-victime-de-violences-conjugales>

France inter (2019). "Violences conjugales : qu'est-ce que le «suicide forcé» que certains veulent inscrire dans le code pénal ?".

En ligne: <https://www.radiofrance.fr/franceinter/violences-conjugales-qu-est-ce-que-le-suicide-force-que-certains-veulent-inscrire-dans-le-code-penal-4211653>

Go ty gynéco (2019). Violences conjugales.

En ligne: <https://gotogyneco.be/violences-conjugales/>

CADRE LÉGISLATIF:

La loi belge qualifie les violences au sein d'un couple comme tel :

« Les violences dans les relations intimes sont un ensemble de **comportements, d'actes, d'attitudes**, de l'un des **partenaires** ou **ex-partenaires** qui visent à **contrôler** et **dominer** l'autre. Elles comprennent les **agressions**, les **menaces** ou les **contraintes verbales, physiques, sexuelles, économiques**, répétées ou amenées à se répéter portant atteinte à l'intégrité de l'autre et même à son intégration socio-professionnelle. Ces violences affectent non seulement la victime, mais également les autres membres de la famille, parmi lesquels les enfants. Elles constituent une forme de violence intrafamiliale.

Il apparaît que dans la grande majorité, les auteurs de ces violences sont des hommes et les victimes, des femmes. Les violences dans les relations intimes sont la manifestation, dans la sphère privée, des relations de pouvoir inégal entre les femmes et les hommes encore à l'œuvre dans notre société. »

Ces violences sont donc **punissables par la loi**, qui dispose d'un arsenal législatif important visant à lutter contre ce phénomène. La Fédération des Centres de Planning familial des FPS en recense certaines:

La loi du 4 juillet 1989 qui réprime le viol entre époux.

La loi du 24 novembre 1997 combattant les violences au sein du couple.

La loi du 30 octobre 1998 marque l'introduction dans le code pénal de la violence psychologique et du harcèlement moral.

L'article 327 du Code Pénal qui concerne les menaces d'attentat contre les personnes.

La loi du 6 janvier 2003 qui permet l'attribution du logement familial au conjoint victime.

L'article 458 bis du Code pénal permettant de rompre le secret professionnel en cas d'infraction sur des personnes vulnérables (par exemple, violences durant la grossesse) et en cas de violences conjugales en général (à partir du 1er mars 2013).

La loi du 15 mai 2012 touchant à l'interdiction temporaire de résidence en cas de violence domestique (entrée en vigueur le 01/01/2013).

La loi du 29 juin 2023 sur la prévention et la lutte contre les féminicides, les homicides basés sur le genre et les violences qui les précèdent. Celle-ci elle définit la notion de féminicide officiellement, permet de collecter des données statistiques, améliore les droits et la protection des victimes et prévoit de former la Police et les magistrats.

LE CYCLE DE LA VIOLENCE DES RELATIONS AMOUREUSES: (GO TO GYNÉCO, 2019)

À travers ces différentes formes de violences, nous pouvons constater une répétition schématique du cycle. Cela se caractérise par quatre phases.

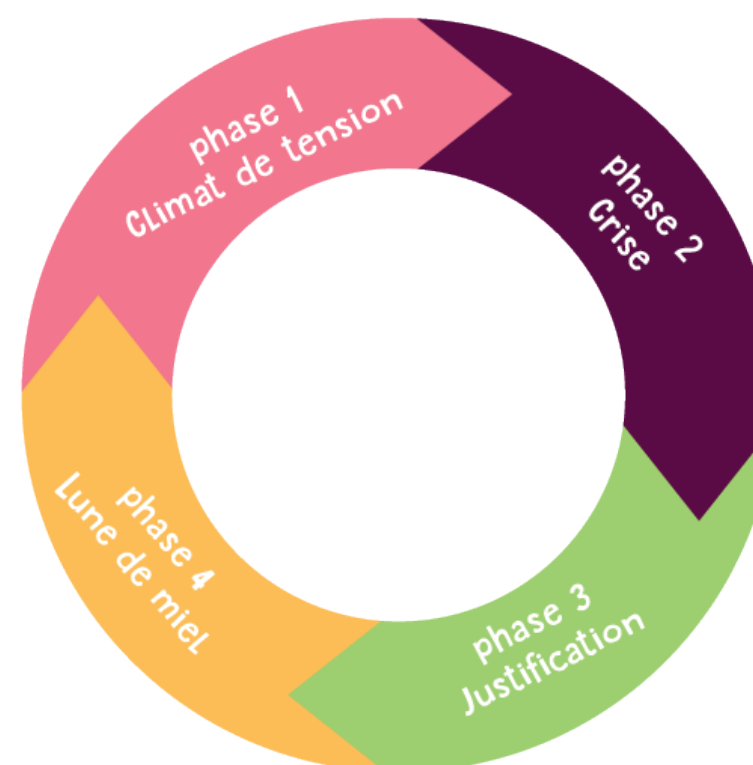
Chaque couple commence par la **“phase de la lune de miel”** ce qui permet à chacun-e de s'intéresser à l'autre et de tomber amoureux-se. Peu à peu, les phases de **tension** et de **crise** seront beaucoup plus répétitives et plus extrêmes, tandis que la phase de “lune de miel” deviendra quasiment inexistante.

PHASE DE “LA LUNE DE MIEL” : Cette phase va permettre un retour stable où il y aura une **diminution ou une absence de violence**. L'agresseur-euse va s'excuser, offrir des cadeaux et faire croire à son/sa partenaire qu'il/elle s'est remis-e en question. Malheureusement, cela n'est qu'une phase et le cycle recommencera si la victime ne prend pas conscience de cette relation.

PHASE DE “LA TENSION” : Cette phase maintient volontairement une **atmosphère** menaçante par la/le partenaire. Cela permet de déstabiliser la victime et permet à **l'agresseur-euse de mettre en avant ses envies, ses besoins**. Malheureusement, souvent, **l'adaptation de la victime** ne suffit pas à l'agresseur-se et celui/celle-ci finit par passer à l'acte en vue d'obtenir satisfaction.

PHASE DE “LA CRISE” : Il s'agit du passage à l'acte de l'agresseur-se. En utilisant la violence sous ses différentes formes, il/elle cherche à **dominer, humilier, blesser** sa/son partenaire. Ces agressions sont des **stratégies de contrôle** utilisées afin d'affirmer son pouvoir envers sa/son partenaire.

PHASE DE “LA JUSTIFICATION” : L'agresseur-euse **manipule** son/sa conjoint-e afin de lui faire admettre que **l'agression était juste et légitime**. Cela permet de maintenir le cycle et faire sous-entendre à la victime que c'est de **sa faute**.





ORGANIZATION
FOR YOUTH
EDUCATION
& SEXUALITY

O'YES ASBL
RUE DU FORT 85
1060 SAINT-GILLES

02 303 82 14

HELLO@O-YES.BE

WWW.O-YES.BE