

UN CERCLE VICIEUX : LE CYCLE DES VIOLENCES

1> La lune de miel, "Tout va bien"

Au début, « Tout va bien » !

2> La tension ou "La pression"

Il commence à être désagréable avec elle, ne répond plus comme avant à ses messages, lui fait souvent des critiques injustes. Elle se sent sous pression...

3> L'explosion ou "Le Contrôle"

Maintenant c'est l'escalade, il lui dit comment s'habiller, qui fréquenter. Il fait pression pour obtenir ce qu'il veut, et peut même se montrer violent avec les mots, les gestes.

4> Le transfert de responsabilité ou les "Fausses excuses"

Il promet qu'il ne recommencera pas, il fait mine de s'excuser. C'est le retour à la lune de miel, qui ne manquera pas de déboucher de nouveau sur la phase de tension, l'explosion puis les fausses excuses : le cercle vicieux commence. Plus le temps passe, plus son emprise est grande, moins la phase de lune de miel dure et plus les explosions sont violentes.



BRISER LE SILENCE !

Tu as besoin de parler, d'alerter ou d'être informé.e ?
Brise le silence, ose en parler ! Tu peux t'adresser à l'assistante sociale, l'infirmière ou ton service de scolarité ou contacter :

NUMÉROS D'URGENCE

17 ▶ POLICE / GENDARMERIE

115 ▶ HÉBERGEMENT D'URGENCE

NUMÉROS UTILES

0596 71 26 26 ▶ UFM
(accueil, écoute, suivi)

0596 74 40 99 ▶ OBSERVATOIRE
DES VIOLENCES ENVERS LES FEMMES
(accueil, écoute, suivi)

3919 ▶ VIOLENCES FEMMES INFO
(LUNDI AU VENDREDI : 4h-17h / SAMEDI, DIMANCHE ET FÉRIÉ : 4h à 13h)

0800 100 811 ▶ SOS KRIZ
(ligne d'écoute pour la prévention du suicide)

0596 71 18 87 ▶ ALEFPA
(accueil, écoute, suivi)

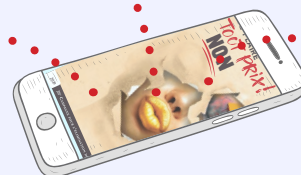
0800 0595 95 ▶ SOS VIOLS

0596 51 31 28 ▶ FRANCE VICTIME ADAVIM
(Aide aux victimes)

0596 48 43 20 / 0696 82 27 41 ▶ CDAD
(Conseil juridique)

Campagne_VFF972

campagnevff_972



CampagneVFF_972

SUIS-NOUS !

OBSERVATOIRE DES VIOLENCES ENVERS LES FEMMES
31 RUE PERRINON À FORT-DE-FRANCE, 97200 FORT-DE-FRANCE
TÉL. : 0596 74 40 99

TE PLAIRE A TOUT PRIX! NON



TU N'ES PAS SEULE,
TU N'ES PAS LA SEULE !
APPELE LE

3919

LUNDI AU VENDREDI : 4H-17H
SAMEDI, DIMANCHE ET FÉRIÉ : 4H-13H

2019 20^e CAMPAGNE POUR L'ÉLIMINATION DES VIOLENCES FAITES AUX FEMMES



À TON AVIS, POURQUOI CETTE CAMPAGNE DE PRÉVENTION ?

L'adolescence est la période de la découverte des relations amoureuses. Or dans les relations amoureuses des jeunes, comme chez les adultes, on retrouve souvent certains mécanismes de violence et de domination (pressions, contrôle...) dont sont victimes les jeunes femmes. De plus, à l'ère numérique, les violences « traditionnelles » déjà connues peuvent prendre des formes nouvelles, comme le « cyber-harcèlement ». Des situations dont les conséquences sont difficiles à gérer surviennent lorsque les jeunes femmes n'osent pas s'affirmer :

Ah non, je préfère que tu mettes cette robe ! On voit plus ton corps, bébé !

Allez... Fais moi une Nude !

Je t'aime... mais **NON !**, Je n'en ai pas envie

AH, j'en ai marre, tes amis, laisse les tomber... SINON JE TE QUITTE !

Envoie moi une photo sexy sur le tchat. T'inquiète... c'est entre toi et moi.

Pas facile de se défendre dans cette société ! Cependant, identifier les formes de violences et savoir comment briser le cycle vicieux qu'elles entraînent peuvent t'aider.

PLUSIEURS FORMES DE VIOLENCES

LA VIOLENCE PSYCHOLOGIQUE

Ce sont des paroles ou des gestes qui ont pour but de déstabiliser ou de blesser l'autre mais aussi de le soumettre, de le contrôler de façon à garder une position de supériorité. Cela englobe aussi, le harcèlement (enchaînement d'agissements hostiles et répétés visant à affaiblir psychologiquement la personne qui en est la victime).

► IL TE MENACE, TIENDES PROPOS BLESSANTS OU INJURIEUX, CONTRÔLE TA VIE SOCIALE, TE RABAISSE CONSTAMMENT... CE N'EST PAS UNE RELATION DE RESPECT, TU N'AS PAS À ÊTRE UNE AUTRE PERSONNE POUR LUI PLAIRE



LA VIOLENCE PHYSIQUE

Elle ne se limite pas aux coups, mais se dit dès lors qu'il y a utilisation de la force physique pour obtenir quelque chose.

► IL TE TIENST LE BRAS FORTEMENT, VOIRE TE LE SERRE POUR TE PARLER, IL TE BOUSCULE... C'EST UNE VIOLENCE PHYSIQUE CAR IL UTILISE SA FORCE PHYSIQUE POUR TE CONTRÔLER.



LE CYBERHARCÈLEMENT

(cyberintimidation ou cyberbullying en anglais). C'est une forme de harcèlement conduite par divers canaux numériques : sms, whatsapp, réseaux sociaux...



► IL TE DEMANDE DE MANIÈRE INSISTANTE DE LUI ENVOYER DES NUDES, OU PUBLIE DES PHOTOS DE TOI SUR LES RÉSEAUX SANS TON ACCORD.

LA VIOLENCE À CARACTÈRE SEXUEL

Elle concerne tout ce qui est en lien avec la sexualité ou l'identité sexuelle : un acte à caractère sexuel qu'on menace de commettre, tente de commettre ou commet sur une personne sans son consentement.

► IL DÉGRAFE TON SOUTIEN-GORGE SANS QUE TU SOIS D'ACCORD, T'EMBRASSE OU TOUCHE TES PARTIES INTIMES SANS QUE TU LE VEUILLES : CE SONT DES VIOLENCES SEXUELLES. SI TU DIS NON, C'EST NON.

► TU ES LIBRE DE CHOISIR TES FRÉQUENTATIONS, TA FAÇON DE T'HABILLER, D'ENVOYER OU NON DES PHOTOS DE TOI DÉNUDÉE ; TON CORPS T'APPARTIENT. TU PEUX PLAIRE OUI, MAIS PAS À TOUT PRIX !