



MIRJANA FARKAS



louiza

BRISONS LE SILENCE !

Fiches pédagogiques

Mode d'emploi et Ressources

Contenu

1 mode d'emploi

Explication du concept
Définitions et chiffres
Ressources bibliographiques
Ressources d'aide

7 fiches vidéos

Résumé
Récit commenté
Récit sans commentaires

3 fiches activités

1 activités de 45 min
Ressources dédiées à l'activité
Ressources complémentaires

En parallèle, nous proposons de créer un compte instagram et Tik Tok avec un hashtag avec des vidéos de sensibilisation sur comment aider une personne visctime, que faire en tant que témoin.



Brisons le silence



« Brisons le silence » est un projet de 7 vidéos accompagnées de fiches pédagogiques mené par Nous production et DécadréE.

Les 7 vidéos sont basées sur des témoignages récents récoltés par DécadréE et anonymisés.

Dans la sélection des témoignages, une attention particulière a été portée au fait qu'ils reflètent la diversité des vécus, des situations et des parcours des victimes et des personnes auteurs de violences.

Ces fiches pédagogiques sont conçues afin d'accompagner les vidéos « Briser le silence » en classe et de proposer des activités aux élèves afin de les sensibiliser à la thématique.

Warning

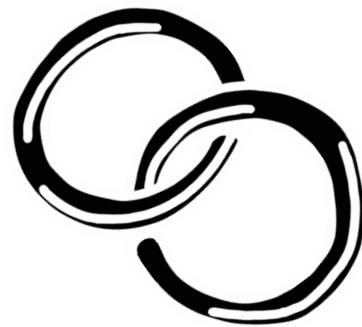
Le sujet des violences est un sujet délicat. Il est très probable que des élèves soient ou aient été témoins, auteurs ou victimes de violences à un moment de leur vie. Les activités proposées peuvent ainsi libérer la parole et vous devez pouvoir l'accueillir adéquatement et prendre les mesures propres à votre fonction dans le respect du secret de fonction ou du secret professionnel.

Nous vous invitons dans ce cas à respecter la procédure existante spécifique à votre canton. Pour mener au mieux ces activités, nous vous invitons à vous documenter avec les différentes ressources que nous vous proposons dans les fiches pédagogiques. Nous vous invitons également à vous renseigner sur les devoirs associés à votre fonction, sur les procédures en place au sein de votre structure et à vous référer aux bonnes pratiques (voir ci-après).

Quoi qu'il arrive, il est important de tenir un discours ferme contre la violence. Elle n'est justifiée dans aucun cas. Si des élèves viennent vous rapporter des faits de violences, il est important d'être à l'écoute et de ne pas remettre en question leur parole. Un tel partage est un effort conséquent pour les personnes, il faut le prendre avec sérieux. En sus des procédures en place au sein de votre institution, vous pouvez vous référer à la rubrique « témoins et professionnel-les » du site Violence que Faire (www.violencequefaire.ch) ou de la brochure « Et si c'était de la violence » afin d'avoir la bonne attitude. Les centres LAVI peuvent également conseiller les professionnel-les. N'hésitez pas à transmettre des ressources d'aide à l'élève et à chercher du soutien pour vous-même afin de gérer



Définitions



Violences sexistes

On désigne par violence sexuelle et sexiste tout acte commis contre la volonté d'une personne et fondé sur les rôles binaires différents que la société attribue aux «hommes» et aux «femmes» et sur des relations de pouvoir inégales. Elle comprend entre autres la menace de violence et la contrainte. Elle peut être de nature physique, émotionnelle, psychosociale et sexuelle. Elle peut également s'exprimer par une privation de ressources ou d'accès à des services. Les personnes auteures visent les victimes en fonction de leur genre, de leur âge ou encore de leur orientation sexuelle et affective. Les femmes, les personnes mineures, ainsi que celles dont l'identité de genre ou l'orientation sexuelle et affective sort des normes y sont représentées en majorité. (DécadréE)

Les violences sexistes sont un phénomène de société structurel basé sur les rapports de genre. Elles peuvent prendre plusieurs formes qui se soutiennent entre elles comme le montre la métaphore de l'iceberg. Les violences les plus ordinaires/invisibles, comme le machisme ordinaire, le dénigrement ou, les blagues sexistes soutiennent les violences les plus visibles comme le viol et le féminicide.

Violences domestiques

Les violences domestiques désignent tous les actes de violence physique, sexuelle, psychologique ou économique qui surviennent au sein de la famille ou du foyer ou entre d'anciens ou actuels conjoints ou partenaires, indépendamment du fait que l'auteur-e de l'infraction partage ou a partagé le même domicile que la victime. (Le Conseil de l'Europe)

Violences dans le couple

Par violence d'une partenaire intime, on entend tout comportement qui, dans le cadre d'une relation intime (partenaire ou ex-partenaire), cause un préjudice d'ordre physique, sexuel ou psychologique, notamment les actes d'agression physique, les relations sexuelles forcées, la violence psychologique et tout autre acte de domination. L'OMS précise que la violence conjugale comprend différentes formes (économique, verbale, psychologique, physique et sexuelle) qui peuvent se présenter simultanément. La violence conjugale inclut les comportements de contraintes comme isoler une personne de sa famille et de ses amis ou lui restreindre l'accès à une information et à une assistance.(OMS)



Définitions



Violences réactionnelles

Il s'agit d'une forme de violence qui intervient en réaction à une situation d'emprise et de violence. Il peut s'agir de légitime défense, mais aussi de violences intervenant après une accumulation de frustration et d'agressivité due à des violences psychologiques répétées.

Aucune forme de violence n'est légitime. Cependant, il convient de comprendre les violences réactionnelles dans leur contexte.

Consentement

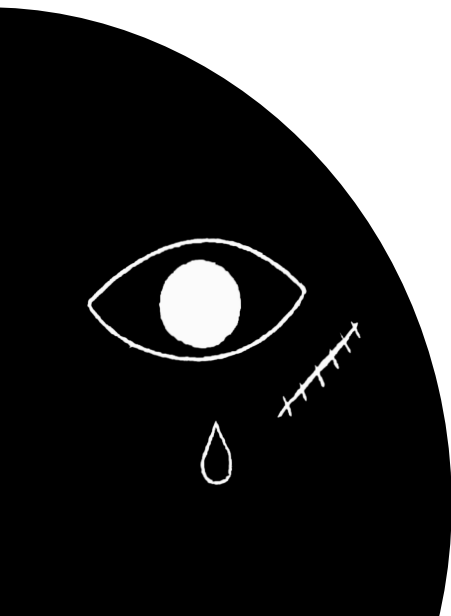
Le consentement est le fait de donner son accord à une action. Il peut être donné, mais également retiré à tout moment. Le consentement doit être libre et éclairé. Il ne peut pas être donné sous la contrainte ou la pression. Il est conseillé de promouvoir le consentement oral en verbalisant l'accord des partenaires au fur et à mesure du/des rapports. Il est important de souligner que l'absence de « non » ne signifie pas pour autant un consentement.

Dans une relation de couple dans laquelle une des parties exerce contrôle, emprise et domination sur l'autre, le consentement ne peut la plupart du temps/souvent pas être exercé librement, la personne victime vivant dans un climat de peur.

Viol

En Suisse, l'article 190 du Code pénal définit toujours le viol comme une pénétration contrainte d'une personne ayant un pénis sur une personne ayant un vagin.

Une réforme du droit pénal sexuel suisse est en cours. Les associations luttant contre les violences sexuelles demandent l'introduction du consentement ainsi que du principe d'autodétermination sexuelle dans la loi. Il est notamment primordial pour elles de ne pas créer une hiérarchisation entre les violences et ainsi de considérer toutes les formes d'atteinte à l'autodétermination sexuelle avec la même gravité



Types de violences

Les actes de violence exercés dans le couple peuvent être de différentes sortes et prendre différentes formes :

Violence psychologique

Propos dénigrants ; humiliations ; interdictions ; contrôle ; menaces ; intimidations ; ...

Violence physique

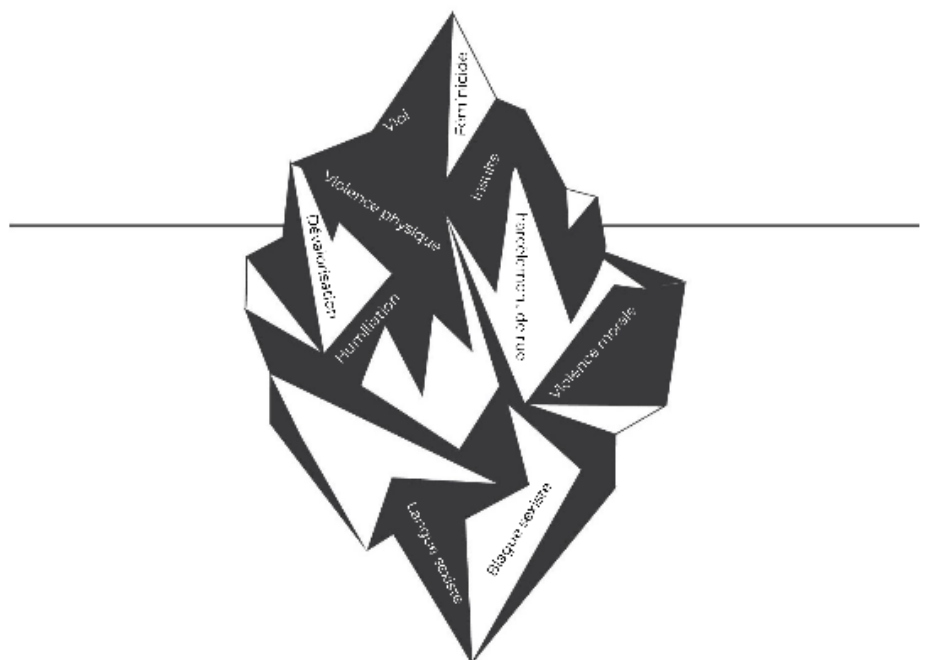
Bloquer le passage ; retenir de force ; immobiliser ; soulever de terre ; empoigner ; secouer ; griffer ; mordre ; pincer ; attacher ; enfermer, frapper...

Violence sexuelle

harceler sexuellement ; obliger à regarder du matériel pornographique ; imposer des accessoires ; des tenues ; la réalisation de fantasmes ; contraindre à des actes non désirés lors des rapports sexuels (sodomie, fellation, etc.) ; ...

Violence économique

forcer à quémander de l'argent à la pièce ; exiger des comptes au centime près pour le moindre achat ; ne pas contribuer aux dépenses du ménage selon ses ressources ; s'approprier son argent, ses biens ; ...



Mécanismes

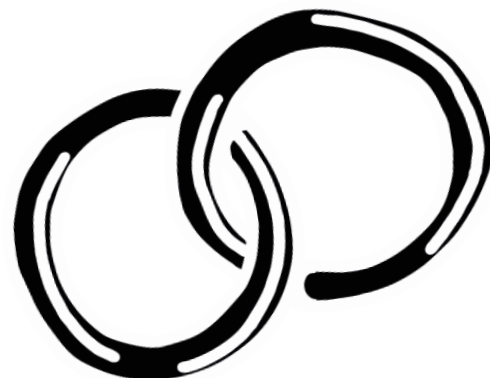
Souvent les violences s'organisent de manière similaire. On retrouve ainsi fréquemment les mécanismes de l'escalade et du cycle de la violence.

L'escalade de la violence

La violence au sein du couple est formée par un ensemble de violences qui peuvent être psychologiques, physiques, sexuelles ou économiques. Il arrive que la violence évolue en escalade. La violence psychologique, donne place à la violence physique puis sexuelle puis au féminicide.

Le contrôle et le dénigrement induits par la violence psychologique induisent une situation d'emprise qui enferme la victime dans le cycle de la violence (voir ci-après).

Grâce aux différentes couleurs, vous pouvez voir apparaître l'escalade de la violence dans les récits commentés. Retrouvez les sur les fiches vidéos.



Le cycle de la violence

Une situation d'emprise, de pouvoir, se forme entre la personne auteure et la personne victime. La plupart du temps, la violence se déroule sous la forme d'un cycle de quatre phases. Le cycle recommence, avec des phases de plus en plus rapprochées et des agressions de plus en plus graves.

1. La montée de la tension
2. La violence
3. La justification de la personne auteure et la culpabilisation de la personne victime
4. « La lune de miel » et ses fausses promesses

Le cycle de la violence est illustré dans certains récits. Retrouvez-vous sur les fiches vidéos.

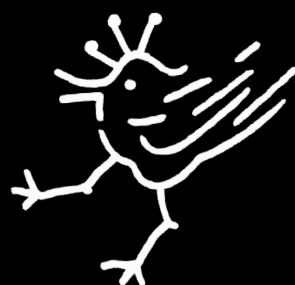


La violence en couple chez les jeunes

Selon l'étude menée par la DAO, 20% des jeunes de 16 à 25 ans disent avoir subi une forme de violence dans le couple, dont 28% de femmes et 12% d'hommes.

Les mécanismes propres aux violences comme l'escalade de la violence et le cycle de la violence apparaissent également chez les jeunes couples. Il convient cependant de considérer les jeunes couples avec leurs spécificités. Beaucoup ne vivent pas ensemble, le contrôle se fait ainsi souvent à distance par les réseaux sociaux et les téléphones. La conception de l'amour et l'expérience change également le vécu de la violence. Les études montrent ainsi une conception plus stéréotypée de l'amour chez les jeunes, valorisant par exemple la jalousie comme une preuve d'amour. Il est ainsi important de clarifier les comportements qui sont acceptables car respectueux du consentement de l'autre et ceux qui ne le sont pas.

La violence au sein des couples de jeunes se manifeste souvent par le contrôle de l'autre, de ses relations, son habillement ou encore de ses messages sur les réseaux sociaux.



Etudes et statistiques

Lorsque l'on parle des violences sexistes, il faut toujours prendre les statistiques avec de la distance. En effet, la honte et le tabou entourant ce type de violences participent à rendre les statistiques insuffisamment représentatives de la réalité.

De plus, la terminologie utilisée est importante et ne doit pas être confondue. Ainsi une statistique du viol reprenant la définition légale ne considérera qu'une infime partie des violences sexuelles. Une statistique sur la violence domestique considérera au contraire les violences au sein du couple, mais aussi de la famille, dont les enfants seraient auteur-es. C'est autant de choses à prendre en compte afin de bien lire les statistiques.

De manière générale, les données statistiques sont tributaires de nombreuses données comme la méthodologie, la terminologie ou encore l'approche. La prudence reste de mise et les études sont très difficilement comparables.

Nous vous proposons ci-dessous une sélection de chiffres provenant à la fois d'études de prévalence et de statistiques nationales ou cantonales. Ceux-ci peuvent être complétés par la fiche du BFEG « Chiffres de la violence domestiques en Suisse » régulièrement mise à jour.



Etudes de prévalence

Plusieurs initiatives ont été menées afin de compléter les statistiques criminelles.



Etude sur les violences sexuelles de gfs. berne mandatée par Amnesty

En 2019, Amnesty mandatait gfs.berne pour mener une étude nationale sur les violences sexuelles. On peut retenir un chiffre : 1 femme sur 5 a été victime au cours de sa vie de violences sexuelles.

[lien vers l'étude](#)

Etude sur les violences au sein du couple de DAO

En 2021, la fédération Solidarité femmes de Suisse et du Liechtenstein (DAO) mandate Sotomo afin de mener une étude d'ampleur sur les violences au sein du couple. Il ressort de l'étude pré-campagne qu'un tiers des personnes sondées ont indiqué avoir fait l'expérience de violence dans une relation de couple. Cela concerne 42 % des femmes et 24 % des hommes.

[lien vers l'étude](#)

Enquête sur les couples de jeunes

Dans une enquête réalisée dans les cantons de Zurich et de Vaud auprès de 2500 jeunes de 9e classe, 64 % des filles et 56 % des garçons indiquent avoir subi au moins une fois des violences du fait de leur partenaire dans les douze derniers mois.

2015, Denis Ribeaud



Statistiques



Les statistiques criminelles peuvent poser un certain nombre de problèmes. De nombreuses victimes ne portent pas plainte. De plus, derrière le qualificatif « violences domestiques » peut aussi se retrouver d'autres types de violences entre fratrie ou entre parents et enfants. Elles doivent ainsi être replacées dans leur contexte, mais sont utiles pour comprendre l'ampleur du phénomène. Il peut être intéressant de les lire à l'aune des statistiques de l'aide aux victimes et des études de prévalence.

En Suisse, les violences sexistes sont nombreuses. En 2020, 20'123 infractions dans le domaine de la violence domestique ont été enregistrées par la police, dont 89 homicides ou tentatives d'homicide (OFS :2020). Environ la moitié (48,8%) des infractions enregistrées par la police dans le cadre de violence domestique sont perpétrées dans des relations de couples actuelles, les relations entre ex-partenaires venant ensuite (24,7%). En 2019, près de deux tiers des homicides (29 cas sur 46) ont été enregistrés suite à des violences domestiques (27 cas en 2018). Parmi ces 29 homicides, 15 ont eu lieu dans une relation de couple dont 14 femmes et 1 homme ont succombé des suites de violences conjugales. En d'autres termes, une femme décède dans le cadre d'une relation de couple toutes les quatre semaines (OFS : 2019).

Ces chiffres se recoupent avec les statistiques d'aide aux victimes recensant les recours au service de conseils pour les victimes (LAVI). En 2020, 23 754 cas, soit 57% des cas totaux, entretenaient une relation de couple. Les consultations dans le domaine de la violence domestique concernaient le plus souvent la violence dans le couple exercée par des partenaires hommes à l'encontre d'une femme.

Ressources

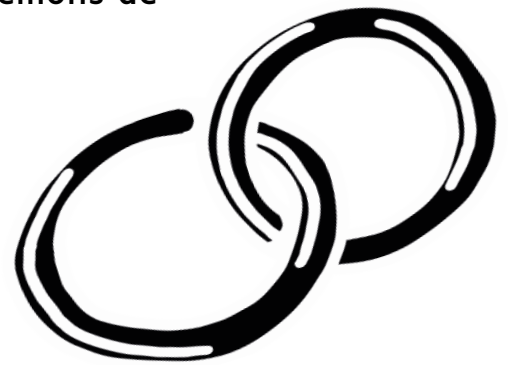
Bibliographie

Le BFEG propose une série de [fiches d'informations](#) sur la violence dans différents contextes. Nous vous conseillons de lire les fiches

[Brochure genevoise](#)

[Brochure valaisanne](#)

[Canton de Vaud](#)



Aide - Brisonslesilence/ressources

En cas d'urgence

Police : 117

Ambulance: 144

Numéro disponible 24/24

143 : la main tendue

147 : Projuventute

Une liste des ressources complètes est disponible sur le site interne www.ressources.brisonslesilence.ch
Elle vous permet de trouver la ressource la plus adaptée, selon le contexte, les violences vécues mais aussi le canton.

FAQ

Les couples se disputent, c'est normal.

Le conflit est un phénomène normal dans le couple : il indique aux partenaires qu'une insatisfaction ou un problème émerge et qu'il convient de le résoudre. Cependant il est important de ne pas confondre le conflit et le recours à la violence. Le recours à la violence n'est jamais légitime.

La violence vise à contrôler et contraindre le ou la partenaire en abusant de sa force ou de son pouvoir, afin de résoudre la situation à son seul profit. Plusieurs formes de violences existent : la violence symétrique et la violence complémentaire (asymétrique).

Lorsque nous parlons de violence sexiste dans le couple, nous faisons référence à la violence complémentaire (asymétrique) caractérisée par une situation d'emprise et d'inégalité renforcée par les constructions sociales et les inégalités de genre. Celle-ci se perpétue sur une personne de genre féminin ou non-binaire par un homme.

Violence symétrique (ou ponctuelle)

La relation est symétrique

La violence est réciproque

Les personnes en sont conscientes, la violence est reconnue

Elles en parlent, c'est public

L'identité de chacune est préservée

Disposition à accepter une intervention professionnelle

Violence complémentaire (asymétrique)

La relation est asymétrique, non égalitaire

Une personne auteure inflige un châtimeut, une punition à l'autre personne, victime

La violence est non réciproque

La personne auteure revendique le droit d'agir ainsi

C'est une violence intime, secrète, à huis clos

Séquelles profondes, estime de soi brisée chez la personne victime

Faible conscience chez la personne auteure d'exercer de la violence

Refus de toutes interventions professionnelles de la part de la personne auteure

FAQ



Les hommes sont-ils aussi victimes de violence?

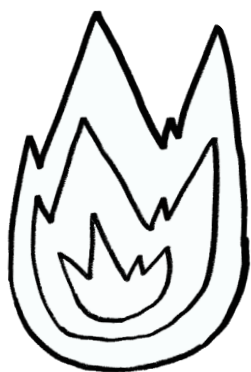
Les statistiques montrent effectivement que les hommes peuvent être victimes de violence. Les chiffres montrent cependant une large différence entre le nombre de personnes de genre féminin victime et le nombre de personnes de genre masculin victime. Les femmes et personnes non-binaires représentent une part largement supérieure des victimes et les hommes des auteurs. La violence est en effet multifactorielle. Or le facteur sociétal joue un rôle. Les inégalités de genre, le manque de considération pour les femmes ainsi que la diffusion de discours encourageant, justifiant ou minimisant les violences envers les femmes permettent d'expliquer cette disparité statistique. En d'autres termes, les violences sexistes sont intrinsèquement liées aux inégalités de genre.

C'est de sa faute si elle reste

Les mécanismes des violences sont complexes et se mêlent souvent à des sentiments amoureux et à des situations personnelles délicates. Il est important de ne pas juger les victimes, mais au contraire de tenter de comprendre leur situation. Les phénomènes de cycles et d'escalade entraînent une situation d'emprise forte qui peut être parfois accentuée par des formes de dépendances économiques ou familiales. Vous pouvez vous référer aux définitions « cycle de la violence » et « escalade de la violence » ci-dessus (p.07).

La violence est uniquement physique

La violence peut prendre différentes formes. Vous pouvez vous référer à la définition « escalade de la violence » et « types de violences » (p.06).



FAQ

Une personne violente se repère facilement

La violence se déroule dans tous les milieux et sphères sociales. Les chiffres le montrent, toute personne peut être victime de violence au cours de sa vie.

Dessiner des profils types de personnes auteures de violence contribue à invisibiliser les violences subies. On a ainsi longtemps pensé que les viols étaient perpétrés par des inconnus alors qu'ils sont perpétrés la plupart du temps par des personnes proches.

Il est important de ne pas tomber dans des discours classistes ou racistes qui tendraient à accuser une partie de la population. En effet, rien dans les études actuelles ne montre qu'une tranche de la population serait plus touchée qu'une autre.



**BRISONS LE
SILENCE !**



www.brisonslesilence.ch

Valérie Vuille

valerie.vuille@decadree.com

Directrice DécadréE

Responsable du pan pédagogique de Brisons le silence

décadré
pour l'égalité dans les médias **E**

**NOUS
PRONOS**