

Promotion des relations égalitaires

VIRBAU

2e édition

Programme de prévention de la  
Violence dans les  
Relations Amoureuses chez les Jeunes

**GUIDE D'ANIMATION**

Francine Lavoie  
École de psychologie  
Pavillon F. A. Savard  
Université Laval  
2325, rue des Bibliothèques  
Québec (Québec) G1V 0A6  
CANADA  
Télec. : (418) 656-3646  
[francine.lavoie@psy.ulaval.ca](mailto:francine.lavoie@psy.ulaval.ca)  
<http://viraj.psy.ulaval.ca>

ISBN 978-2-9801676-8-3 (2<sup>e</sup> édition, 2009) (relié)  
ISBN 978-2-9801676-9-0 (2<sup>e</sup> édition, 2009) (PDF)  
(publié précédemment par le ministère de l'Éducation, Gouvernement du Québec,  
ISBN 2-550-23692-0, 1<sup>ère</sup> édition, 1994)  
Dépôt légal - Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2009  
Dépôt légal - Bibliothèque et Archives Canada, 2009

# ViRAJ

2<sup>e</sup> édition révisée

Programme de prévention de la violence dans les relations amoureuses chez les jeunes  
et de promotion des relations égalitaires

## **GUIDE D'ANIMATION**

par

Francine Lavoie, Valérie Hotton-Paquet, Sylvain Laprise  
et Félix Joyal Lacerte

## REMERCIEMENTS

Le présent matériel a été élaboré et prétesté grâce à une subvention à Entraide Jeunesse Québec de la part du ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport et du ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec.

Cet appui a permis entre autres l'implication de trois animateurs et animatrices d'expérience et l'impression du présent ouvrage. L'équipe de recherche ÉVISSA (Équipe Violence Sexuelle et Santé), dont Francine Lavoie est membre, a également soutenu ce projet en permettant l'engagement d'une assistante de recherche. Nous remercions ces instances.

Les auteurs et auteures tiennent à remercier le personnel et les élèves des écoles qui ont au cours des années reçu les équipes d'Entraide Jeunesse et qui, grâce à leurs encouragements, ont insufflé l'énergie nécessaire à ce travail de révision. En particulier, nous voulons remercier les élèves de trois écoles de la Région administrative de la Capitale-Nationale. Les élèves de quatrième secondaire de l'école secondaire Roger-Comtois et du Collège Jésus-Marie de Sillery, ainsi que ceux de troisième secondaire de l'école secondaire St-Charles de Pont-Rouge ont accueilli les nouvelles versions du programme et aidé à l'améliorer.

Cet ouvrage doit beaucoup aux premières co-auteurs de la version 1994 de ViRAJ, les Lucie Vézina, Line Robitaille et Annie Gosselin. Nous reconnaissons ici leur contribution importante. Les dialogues qu'elles avaient choisis forment encore l'assise de ce programme.

Nous remercions Marie-Ève Daspe pour nous avoir accompagné tout au long de la révision du programme avec patience et minutie. Jacinthe Lemelin a trouvé pour nous les informations dans le Code criminel canadien, ce qui nous fut très utile. Nous remercions également Julie Desrosiers de la Faculté de droit de l'Université Laval.

## À PROPOS DES AUTEURS ET AUTEURES

Francine Lavoie, Ph. D., est psychologue et professeure titulaire à l'École de psychologie de l'Université Laval. Diplômée en psychologie communautaire de l'Université du Québec à Montréal, elle poursuit, depuis, des travaux sur les programmes de prévention et sur les groupes d'entraide. Elle a supervisé, depuis 1989, les recherches nécessaires au développement du premier programme ViRAJ (1994) en milieu scolaire et s'est impliquée dans la révision de 2009. Elle est aussi l'auteure d'un programme faisant suite à ViRAJ et intitulé PASSAJ. Elle a réalisé des évaluations de ces deux programmes, en plus de faire des enquêtes épidémiologiques sur la violence dans les fréquentations, sur les activités sociales sexualisées chez les jeunes et sur la violence familiale et de couple chez les Inuits.

Valérie Hotton-Paquet possède une technique en travail social du Cégep de Sainte-Foy et complète actuellement un baccalauréat en service social à l'Université Laval. Elle oeuvre dans le milieu communautaire et particulièrement auprès des jeunes depuis 2001. Intervenante-animatrice depuis 2004 à Entraide Jeunesse Québec, elle anime différents ateliers de prévention en milieu scolaire, dont le programme ViRAJ. Elle a contribué à la mise à jour du programme ViRAJ dans sa version 2009.

Sylvain Laprise est diplômé d'un baccalauréat en psychologie, d'une technique en éducation spécialisée et d'une attestation d'étude collégiale en coopération interculturelle. Il est intervenant communautaire auprès d'adolescents et de jeunes adultes de la région de Québec depuis 1998. Il est co-responsable du programme ViRAJ à Entraide Jeunesse Québec depuis 2005 et s'est impliqué dans sa révision de 2009.

Félix Joyal Lacerte est actuellement intervenant-animateur à Entraide Jeunesse Québec pour le programme PaPillonS. Il est également à l'emploi du Programme d'Encadrement Clinique et d'Hébergement (PECH). Par son intérêt grandissant pour la condition des jeunes, Félix a également été élu ou impliqué dans plusieurs comités consultatifs et commissions concernant la jeunesse. Parmi ceux-ci, nous pouvons compter le Conseil Permanent de la Jeunesse, Jeunesse J'écoute, les Forums Jeunesse, l'Association Canadienne pour les Nations-Unies et la Commission Jeunesse Canadienne pour l'UNESCO. Félix est aussi présent sur la scène internationale, entre autres pour sa participation au Forum Social Mondial qui s'est tenu en 2005 à Porto Alegre, au Brésil, ainsi que pour le développement de projets de sensibilisation sur le thème de l'homophobie en 2007 à Genève, en Suisse.

## À PROPOS DES ORGANISMES IMPLIQUÉS

**Entraide Jeunesse Québec** est un organisme communautaire créé par des jeunes pour venir en aide à d'autres jeunes. Depuis ses débuts en 1988, il offre ses activités sur le territoire de la région 03. Sa présence constante dans le milieu au fil des dernières années a fait de lui une ressource significative pour les jeunes et pour leur entourage. Sa mission est d'offrir du soutien et des activités de prévention aux jeunes de 12 à 25 ans afin qu'ils développent des habiletés personnelles leur permettant d'accroître leur autonomie. (<http://www.entraidejeunesse.qc.ca>)

L'équipe **ÉVISSA, Équipe Violence Sexuelle et Santé**, est un regroupement de 6 chercheuses principales provenant de différentes universités québécoises qui s'intéressent particulièrement aux thématiques de l'agression sexuelle et de la violence dans les relations amoureuses auprès des populations de tous âges. Les chercheuses sont Martine Hébert, UQAM, responsable de l'équipe, Mylène Fernet et Sophie Boucher, UQAM, Mireille Cyr, Université de Montréal, Nathalie Parent et Francine Lavoie, Université Laval. Les disciplines de la psychologie et de la sexologie influencent leurs travaux. Au Québec, il s'agit de la principale équipe effectuant des recherches sur la violence dans les relations amoureuses des jeunes.

Le **CRIPCAS** est le **Centre de recherche interdisciplinaire sur les problèmes conjugaux et les agressions sexuelles**, fondé en 2002. Il s'agit d'un regroupement interdisciplinaire de 20 chercheurs québécois, de 12 milieux d'intervention et d'une centaine d'étudiants rassemblés autour d'une programmation de recherche ciblée sur les couples perturbés, les agressions sexuelles et les multiples aspects d'interaction entre ces thématiques. La direction est assumée par John Wright. Francine Lavoie en est membre et contribue au volet des études en prévention et en épidémiologie. Son site internet est le <http://www.cripcas.umontreal.ca/>. ÉVISSA en est un groupe associé.

L'**Université Laval** et son École de psychologie ont soutenu le programme ViRAJ au fil des ans en hébergeant le Portail interactif sur la prévention de la violence <http://viraj.psy.ulaval.ca> et en appuyant les diverses recherches.

## TABLE DES MATIÈRES

Remerciements	4
À propos des auteurs et auteures	5
À propos des organismes impliqués	6
Table des matières	7
<b>Introduction</b>	<b>9</b>
La conception de la violence véhiculée par ViRAJ	11
Encart 1 : Les définitions des types de violence	12
Les valeurs du programme ViRAJ 2009	16
Les forces du programme ViRAJ 2009	16
Encart 2 : Les recherches évaluatives sur ViRAJ 1994	19
Le contenu du programme	19
Les conditions pour faciliter l'animation	21
<b>L'animation</b>	<b>23</b>
Conseils préalables	24
Première rencontre : Respect ou contrôle	25
Objectifs et consignes pour l'animation	25
Encart 3 : Liste des droits	31
Scène 1 : Le contrôle des relations sociales par la possessivité	33
Scène 2 : Le contrôle de l'apparence physique	37
Scène 3 : Le contrôle des relations sociales par la jalousie	43
Scène 4 : Le contrôle par le chantage émotif	48
Conclusion	52
Le contrôle par les menaces suicidaires	52
Le contrôle : ce n'est pas de l'amour, c'est de la violence	53
Deuxième rencontre : Droits, liberté ou contrôle	55
Objectifs et consignes pour l'animation	55
Encart 4 : Liste des droits	59
Scène 1 : Le contrôle par les insultes	61
Scène 2 : L'influence	65
Scène 3 : Le contrôle par les pressions sexuelles	69
Scène 4 : Le contrôle par l'agression sexuelle	73

Scène 5 : Le contrôle par l'agression sexuelle sous l'influence de l'alcool	79
Scène 6 : Le contrôle par les atteintes à la réputation	82
Conclusion	86
Les risques et les avantages à vivre des relations égalitaires	86
La rupture amoureuse	87
<b>Activités supplémentaires</b>	91
Les lettres	92
Quiz sur les mythes et réalités	100
Projet de sensibilisation	103
Miser vrai	105
Questionnaire d'évaluation	107
<b>Informations pour l'équipe d'animation</b>	109
Informations légales pour l'équipe d'animation	110
Les conséquences de la violence	118
Références utiles	130
<b>Bibliographie</b>	132

# INTRODUCTION

---

La conception de la violence véhiculée par ViRAJ

Les valeurs du programme ViRAJ 2009

Les forces du programme ViRAJ 2009

Le contenu du programme

Les conditions pour faciliter l'animation

## INTRODUCTION

Depuis plus de 15 ans, le programme ViRAJ a soutenu bon nombre d'écoles dans la mise sur pied d'activités de prévention visant à réduire la violence chez les jeunes. À la suite des commentaires et des évaluations des jeunes ainsi que des enseignants et enseignantes, et devant les nouvelles orientations gouvernementales en matière d'agression, nous avons cru bon d'actualiser son contenu afin d'en maximiser les impacts. Nous y avons travaillé pendant un an. Les sources d'inspiration viennent de la vaste expérience des intervenants animateurs et des intervenantes animatrices de l'organisme Entraide Jeunesse Québec et des connaissances de la conceptrice initiale, Francine Lavoie, de l'École de psychologie de l'Université Laval. En effet, Entraide Jeunesse Québec a tenu par le passé un double mandat, soit au niveau provincial d'offrir une formation aux milieux intéressés par ViRAJ et, au niveau de la région de Québec, de dispenser le programme aux écoles intéressées. Près de 20 000 jeunes ont été rejoints par les équipes d'Entraide Jeunesse Québec au fil des ans, ce qui les préparait d'autant plus à réaliser cette actualisation. D'autre part, Francine Lavoie a continué à documenter l'ampleur et les causes de la violence au sein des couples adolescents, en plus de réaliser et d'évaluer une suite aux activités de ViRAJ, dans le programme nommé PASSAJ.

Dans notre travail d'actualisation, nous avons tenu à maintenir et même à accentuer le style interactif du programme, qui était fort apprécié. Ainsi, la deuxième rencontre reprend donc l'animation par théâtre-forum qui était, dans la version 1994, réservée à la première rencontre. Deux autres stratégies d'animation ont de plus été ajoutées à la deuxième rencontre : la visualisation et un jeu collectif. Des innovations ont en outre été apportées afin de tenir compte du contexte actuel des jeunes, par exemple l'usage du cellulaire et autres modes de communication. Les objectifs général et spécifiques demeurent fort semblables parce que jugés encore pertinents.

Ce document comprend 5 parties : une introduction sur les caractéristiques du programme, le contenu de deux rencontres obligatoires, des activités supplémentaires, une section d'information pour les animateurs et animatrices et la bibliographie.

Le programme ViRAJ a comme objectif général la promotion des relations égalitaires et la prévention de la violence dans les relations amoureuses chez les jeunes, et s'adresse plus particulièrement aux élèves de 14 à 16 ans en contexte scolaire. Le message livré par le programme est double :

- exercer un contrôle sur son ou sa partenaire au détriment de son développement est incompatible avec l'amour;
- dans une relation de couple égalitaire, les partenaires ont les mêmes droits et disposent de la même liberté d'agir et de penser.

Ce programme se situe dans la foulée des réflexions de Jory (2004) sur le couple adulte, surtout celles sur l'égalité et la sollicitude. Un couple sain est, selon elle, un couple où il y a égalité, équité et sollicitude entre les conjoints. L'égalité implique de traiter l'autre avec respect et de reconnaître sa liberté de faire des choix. L'équité sous-entend de partager les stress de la vie dans la vie quotidienne, privée ou publique (études, travail, etc.), de même que de s'accommoder des limites de l'autre. La sollicitude ou le «prendre soin» (caring) suppose d'être empathique face aux besoins de l'autre, d'encourager ses forces au lieu de souligner ses faiblesses et de développer un attachement fondé sur la responsabilité plutôt que sur l'égoïsme et l'exploitation (Lavoie, 2005).

Le programme ViRAJ vise à modifier chez les jeunes leurs attitudes et leurs comportements dans leurs relations avec leur partenaire amoureux ou leur partenaire amoureuse. Par le biais d'activités se déroulant en milieu scolaire, ViRAJ conscientise les jeunes aux impacts de la violence dans leurs relations amoureuses et fait la promotion de relations égalitaires respectueuses et de la sollicitude.

### **La conception de la violence véhiculée par le programme ViRAJ**

La violence abordée dans ViRAJ se limite à la violence vécue par les jeunes dans leurs relations amoureuses avec d'autres jeunes. Bien que la violence puisse exister dans des relations homosexuelles, le programme ViRAJ a été axé sur celle qui est vécue au sein des couples hétérosexuels. Les exemples n'illustrent donc que ce type de relation, mais conviennent à tout type de couple. Ce choix s'explique par la durée très brève du programme.

La violence est définie de façon générale comme : *tout comportement ayant pour effet de nuire au développement de l'autre, en compromettant son intégrité physique, psychologique ou sexuelle*. La violence est un comportement jugé inacceptable et la personne qui agresse est vue comme responsable de ses gestes. Cette dernière

affirmation ne veut pas diminuer la part de souffrance que peut avoir vécue une personne qui agresse sa ou son partenaire. Mais afin d'encourager le changement de comportement, ce message de responsabilisation nous semble essentiel.

Il faut souligner que ce programme met l'accent sur la **violence psychologique**. Encore aujourd'hui, il est nécessaire de faire prendre conscience aux jeunes que la violence est une prise de contrôle sur autrui qui commence souvent par la violence psychologique. ViRAJ aborde également la **violence sexuelle**. La violence physique n'est pas abordée dans ViRAJ. Plusieurs jeunes limitent de façon réflexe leur définition de la violence à des représentations physiques. Il leur est plus difficile de cerner la violence psychologique et certaines formes de violence sexuelle. C'est pourquoi ViRAJ se doit de mettre l'accent sur la violence psychologique et la violence sexuelle.

L'encart 1 rapporte les définitions des types de violence dans le cadre de ViRAJ 2009.

## ENCART 1

### LES DÉFINITIONS DES TYPES DE VIOLENCE

#### Violence psychologique

Il y eut pendant longtemps usage des termes *violence verbale* et *violence psychologique* afin de décrire deux réalités différentes. Nous proposons plutôt l'emploi de l'expression *violence psychologique*.

Nous entendons par la violence psychologique, l'usage de menaces, de dénigrement, de tromperies, de contrôle ayant pour effet de bouleverser et de déstabiliser l'autre et de compromettre son bien-être. Cette violence psychologique peut s'exprimer par des actes ou une absence d'actes, comme le fait de bouder ou de se retirer, ou encore par des paroles. Elle inclut donc la violence verbale.

Il existe différents types de violence psychologique, comme, l'indifférence, les menaces à la personne ou à des tiers, l'humiliation, le dénigrement, les insultes, les pressions, le chantage, les accusations, le fait de traiter l'autre en inférieur ou en inférieure, l'exploitation financière, les atteintes à la réputation, les tromperies, la destruction de biens, le contrôle des allées et venues de la ou du partenaire, la privation d'accès à des ressources pour son développement personnel (cours, bénévolat, etc.), les actes terrorisants, les cris pour susciter la peur, le maintien

de la ou du partenaire à l'écart des amis et des amies et de la famille ainsi que d'autres manifestations de jalousie excessive.

Certaines conditions de vie pourront être associées à des formes particulières de violence psychologique. Dans un contexte d'immigration, par exemple, on peut retrouver des menaces d'expulsion du pays d'accueil, des menaces de mariage arrangé lorsque ce type d'union n'est pas accepté par la personne, d'empêchement d'apprendre la langue du pays. Dans des conditions de handicaps, seront des incidents de violence psychologique le fait de refuser une interprète à une personne sourde, de laisser sans assistance une personne invalide (Lavoie, 2005).

### **Violence sexuelle**

Une définition nous ayant inspiré est celle du Gouvernement du Québec tirée des Orientations gouvernementales en matière d'agression sexuelle (2001).

« Une agression sexuelle est un geste à caractère sexuel, avec ou sans contact physique, commis par un individu sans le consentement de la personne visée ou, dans certains cas, notamment dans celui des enfants, par une manipulation affective ou par du chantage. Il s'agit d'un acte visant à assujettir une autre personne à ses propres désirs par un abus de pouvoir, par l'utilisation de la force ou de la contrainte, ou sous la menace implicite ou explicite. Une agression sexuelle porte atteinte aux droits fondamentaux, notamment à l'intégrité physique et psychologique et à la sécurité de la personne. » (p. 22)

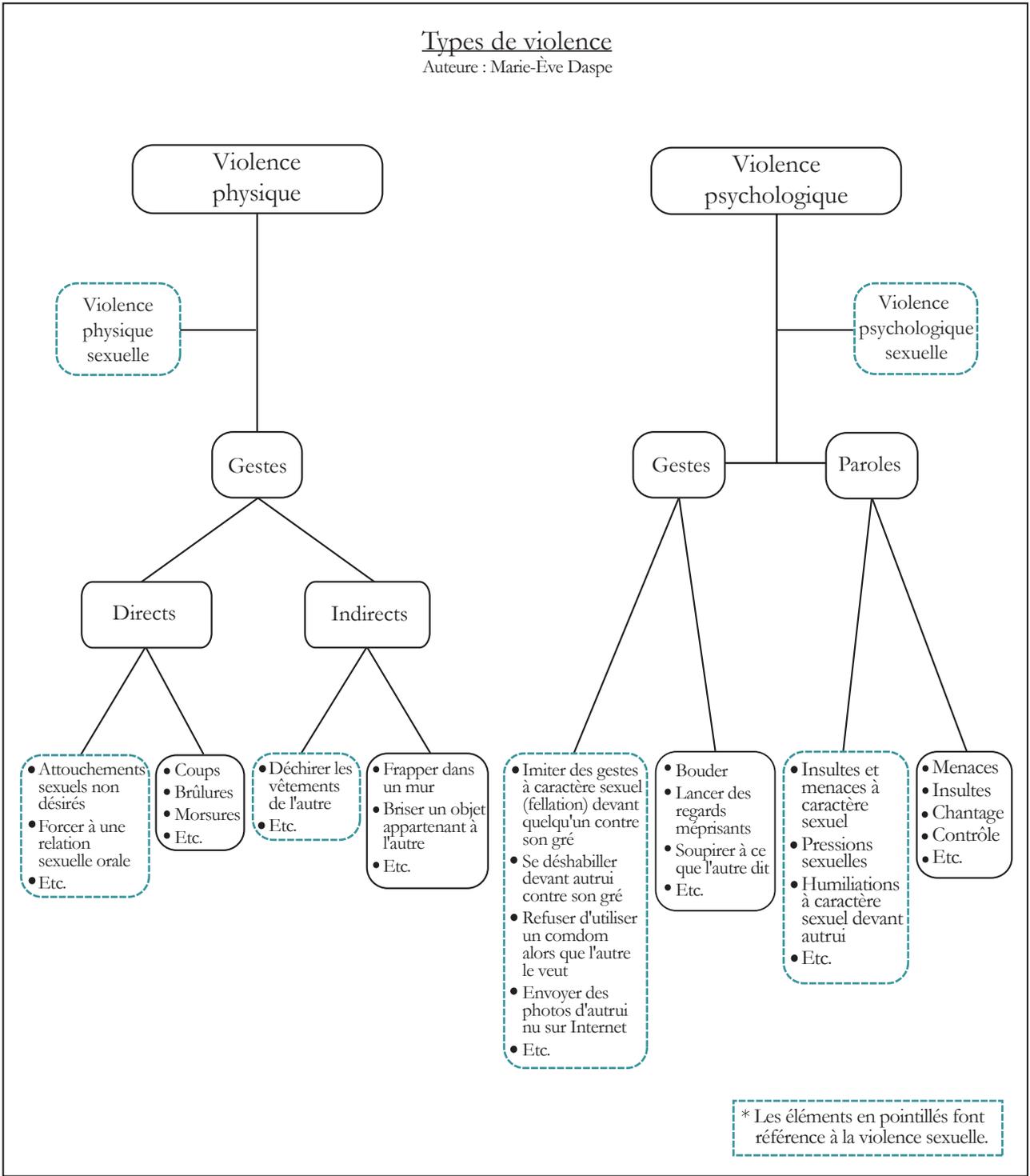
Dans le concept de violence sexuelle, qui est plus vaste que celui d'agression sexuelle, on ajoute certains éléments comme par exemple forcer un-e partenaire à reprendre des positions sexuelles vues dans des films pornographiques, refuser de porter le condom, etc.

La violence sexuelle peut donc prendre la forme de relations sexuelles sans le consentement de la ou du partenaire, d'attouchements sexuels non désirés ou d'activités sexuelles humiliantes accomplies de force. La personne qui agresse use souvent de manipulation, de contrainte, ou menace de le faire, afin que la personne qui subit la violence se soumette.

## **Violence physique**

Nous avons retenu une définition de source américaine.

La violence physique est « l'utilisation intentionnelle de la force physique pouvant potentiellement causer la mort, une invalidité, des blessures ou de la douleur. La violence physique inclut, sans s'y limiter, égratigner, pousser, saisir, mordre, étouffer, secouer, frapper, (...) brûler, utiliser une arme, utiliser des entraves ou son corps (sa grandeur ou sa force) contre une autre personne » (Saltzman, Fanslow, McMahon, & Shelley, 1999, traduction libre, p. 36).



## **Les valeurs du programme ViRAJ 2009**

Nous avons revu le programme à la lumière de ces valeurs.

- Dénoncer la violence sous toutes ses formes comme étant une prise de contrôle d'autrui qui nuit à son épanouissement.
- Se préoccuper, entre autres formes de violence, des manifestations subtiles de la violence psychologique au sein du couple.
- Valoriser les relations amoureuses et interpersonnelles saines et égalitaires.
- Attribuer clairement la responsabilité à la personne qui agresse.
- Renforcer l'implication des jeunes dans la recherche de solutions non violentes.
- Valoriser la prise de parole des jeunes dans le respect des différences.
- Offrir un modèle de collaboration égalitaire et respectueux entre animateurs des deux genres.

## **Les forces du programme ViRAJ 2009**

Nous soulignons ici les principales forces du programme.

- ViRAJ amène les jeunes à identifier le phénomène de la violence dans les relations amoureuses et propose plusieurs moyens pour modifier les comportements.
- Le programme met l'accent sur l'interaction avec les jeunes et suscite leur participation.
- L'utilisation du théâtre-forum permet de capter, de soutenir l'attention des jeunes et de les mettre en action. Les jeunes participent ainsi à l'élaboration et à la transmission des messages.
- L'animation du programme nécessite très peu de matériel et peut se faire directement dans le local d'enseignement.
- La formule de ViRAJ permet de créer un climat propice au dialogue sur des sujets tabous ou plus délicats. Le programme n'est pas seulement axé sur la transmission de connaissances, mais aussi sur la mise en place de solutions.
- Le fait d'aborder la violence exercée par des filles et par des garçons aide à défaire les stéréotypes de genre sans perdre de vue que les filles vivent des conditions plus dangereuses ou associées à davantage de blessures.

- Le programme est construit à partir de l'expérience des jeunes et représente bien la réalité vécue par ceux-ci.
- Le programme ViRAJ 2009 a fait l'objet d'une évaluation formative avec l'appui de 1194 élèves et de 41 classes. La satisfaction, le taux de participation et la compréhension du contenu sont très élevés. Le format 1994 avait fait l'objet de deux évaluations de l'impact. Ces travaux sont rapportés dans l'encart 2.

## ENCART 2

### LES RECHERCHES ÉVALUATIVES SUR VIRAJ 1994

**LAVOIE, F., VÉZINA, L., PICHÉ, C., & BOIVIN, M. (1995).** Evaluation of a prevention program for violence in teen dating relationships. *Journal of Interpersonal Violence*, 10(4), 517-525.

**Méthodologie :** La recherche comparait deux formats du programme ViRAJ. Une version brève de deux rencontres était comparée à une version plus longue comprenant les deux rencontres de base plus des activités supplémentaires. On a mesuré si le programme avait des effets sur les connaissances et les attitudes. Cinq cent dix-sept élèves y ont participé et leur âge moyen était de 15 ans.

**Résultats :** Le format bref a permis de modifier, chez les garçons et chez les filles, attitudes et connaissances sur la violence et le contrôle abusif dans les relations amoureuses chez les jeunes. Cette recherche visait à vérifier l'intérêt d'utiliser davantage d'heures de rencontres et des activités plus variées. Or, les résultats obtenus favorisant le programme court doivent être interprétés avec prudence, car le protocole n'a pas permis la mise sur pied de façon idéale des activités supplémentaires. Ainsi, il demeure possible que des activités supplémentaires livrées avec plus d'intensité ou par du personnel qualifié ajoutent significativement à l'expérience des jeunes. En conclusion, on a tout de même retenu que le format bref de deux rencontres amène un changement significatif et peut donc être retenu comme programme offert à l'école.

**LAVOIE, F., DUFORT, F., HÉBERT, M. et VÉZINA, L. (1997).** Évaluation d'un programme de prévention de la violence lors des fréquentations : une évaluation de ViRAJ selon une approche quasi expérimentale. Rapport final déposé au Conseil québécois de la recherche sociale, 208 pages. ISBN 2-9801676-3-0. Québec : Université Laval. Disponible dans les bibliothèques

des universités et des directions de santé publique du Québec.

La première évaluation de 1995 avait permis de voir que les jeunes suivant le programme ViRAJ manifestaient des modifications d'attitudes et de connaissances. Par contre, le schème utilisé alors ne permettait pas d'attribuer au seul programme les améliorations mesurées. La deuxième évaluation fut menée auprès d'un nouvel échantillon.

**Méthodologie :** Le premier objectif de cette recherche évaluative était d'évaluer par questionnaires à court et à moyen terme, c'est-à-dire un mois, quatre mois et pour certains douze mois après le programme, l'impact du programme ViRAJ auprès de jeunes de 15 ans. Cette nouvelle évaluation du programme visait donc à suivre une démarche plus rigoureuse d'évaluation lors de laquelle il y avait contrôle de l'effet de la passation des mesures ou questionnaires, de l'effet de sélection des participants et de l'effet de l'histoire ou d'autres événements pouvant expliquer le changement. Il s'agissait d'un schème quasi expérimental utilisant divers groupes de comparaison, dont certains ne recevant pas le traitement ou encore le questionnaire de prétest. En tout, 817 jeunes de Québec ont participé à cette phase de la recherche.

Un deuxième objectif s'ajoutait. Il s'agissait de recueillir de façon plus directe par entrevue individuelle, auprès d'un sous-échantillon de 48 jeunes, y compris certains qui avaient un vécu de violence, ce qu'ils retenaient du programme après six mois et leur évaluation des effets du programme.

Le troisième objectif consistait à vérifier si le programme, dans sa version originale, convenait à des groupes de jeunes provenant de milieux culturels différents. Il y avait alors exploration, par questionnaire et par groupe de discussion, de la satisfaction des élèves d'une école multiethnique sur la forme et le contenu du programme et comparaison des valeurs sous-jacentes au programme avec les valeurs véhiculées dans leurs milieux de vie. Trois classes d'une école de la région de Montréal ont participé, dont 76 élèves répondant aux questionnaires.

**Résultats :** Le programme ViRAJ, dans sa forme prévue de deux sessions d'animation, s'est révélé efficace à court et à moyen terme, en ce sens que les changements étaient dus principalement au programme et non à la passation de questionnaires ou à l'impact d'événements extérieurs. Cet impact a été testé à l'aide de plusieurs groupes, aucun effet majeur de mortalité expérimentale (perte de sujets) n'a de plus été noté qui aurait pu mettre en péril la validité des résultats. Le schème choisi a aussi permis de vérifier que les groupes expérimentaux et les groupes de comparaison étaient des plus comparables et que la différence

après le programme entre ces groupes ne pouvait être attribuée à une différence de départ entre clientèles. Le programme a de plus été évalué sous la forme prévue par les conceptrices, comme en témoigne l'étude de la mise sur pied du programme indiquant une très bonne conformité aux activités planifiées. Les changements ont lieu au niveau des attitudes et connaissances, mais les variables de sentiment de contrôle, de perception, de pression des amis ou d'amies ou d'intention d'agir sont peu ou pas influencées. La recherche ne notait pas de conséquences négatives, que cela soit sur l'ensemble des élèves, sur les garçons ou les filles ou encore auprès des victimes ou des agresseurs. Les opinions des élèves, tant des milieux francophones homogènes que de l'école multiethnique, étaient dans l'ensemble favorables et il est permis de croire que le programme fut une expérience enrichissante. Le programme dans sa formule actuelle fut en conclusion jugé efficace. Par contre, il serait possible de le bonifier, car le format bref actuel ne saurait passer pour le seul ingrédient nécessaire afin de susciter et de maintenir chez ces jeunes adolescents et adolescentes des comportements de refus de la violence. Il faut également retenir que les thèmes non directement abordés dans le programme, comme l'intention d'offrir de l'aide aux victimes, n'ont pas été modifiés par le programme.

### **Le contenu du programme ViRAJ 2009**

Le présent document comprend les activités en classe formant la base du programme et des suggestions supplémentaires d'activités en classes ou de travaux collectifs. Les activités principales en classe consistent en deux rencontres de 75 minutes. S'il est impossible de consacrer 75 minutes à une rencontre, on invite à jumeler deux périodes de classe. Car se limiter à une période 60 minutes met en péril l'atteinte des objectifs.

Comme il est essentiel que le message véhiculé soit répété de diverses façons dans le milieu scolaire afin que l'on assiste à des changements d'attitudes et de comportements, nous incitons les écoles à s'engager dans les deux rencontres de base et à ajouter des activités supplémentaires. Le programme a été conçu sous forme de deux rencontres afin de laisser un temps de réflexion aux jeunes. Bien que le contenu diffère à chaque rencontre, il n'en demeure pas moins complémentaire et, ainsi, indissociable du programme. Il manquera des éléments de réflexion si on se limite à une rencontre. L'évaluation formative réalisée en 2009 et celles du programme de 1994 ont étudié les deux rencontres et notre jugement sur l'efficacité et la satisfaction des élèves est fondé sur l'offre de deux rencontres.

Voici une brève description des deux rencontres axées sur la promotion de l'égalité et de la sollicitude envers son partenaire. La **première rencontre** aborde la violence psychologique. Elle introduit l'idée que la violence est essentiellement une prise de contrôle d'autrui et une négation de son point de vue et de ses besoins. Elle propose d'accorder davantage de respect au partenaire, à son identité, à ses besoins sociaux. Quatre exemples de contrôle de nature psychologique sont offerts pour discussion. Trois illustrent des incidents impliquant des comportements négatifs alors que le quatrième exemple, sur le chantage émotif, vise à faire comprendre que des comportements positifs, comme l'offre de cadeau, peuvent tout autant représenter une prise de contrôle visant à satisfaire ses seuls besoins. Les menaces de suicide sont abordées. Les scènes sont intitulées :

- Contrôle des relations sociales par la possessivité
- Contrôle de l'apparence physique
- Contrôle des relations sociales par la jalousie
- Contrôle par le chantage émotif

La **deuxième rencontre** aborde la violence psychologique et la violence sexuelle. On y poursuit la représentation de la violence comme une prise de contrôle. Cette rencontre rappelle que l'égalité au sein du couple présuppose l'exercice de droits et un espace de liberté. De plus, elle fait voir qu'une relation saine intègre de la sollicitude mutuelle. Les deux types de contrôle psychologique illustrés ajoutent à ceux traités lors de la première rencontre. Trois scènes permettent de traiter de la violence sexuelle. De plus, la notion de conflit ou discussion dans un couple est introduite dans une autre scène (« l'influence ») pour illustrer la différence avec une situation de violence. Les scènes sont intitulées :

- Contrôle par les insultes
- Influence
- Contrôle par les pressions sexuelles
- Contrôle par l'agression sexuelle
- Contrôle par l'agression sexuelle sous influence de l'alcool
- Contrôle par les atteintes à la réputation

Il est extrêmement important dans les discussions de s'en tenir à la violence dans les relations amoureuses chez les jeunes. On devra donc éviter de prendre la tangente de la violence familiale ou conjugale à laquelle certains adolescents et adolescentes peuvent avoir à faire face. Le programme ViRAJ est un programme de prévention et n'est en aucune façon conçu comme une thérapie. Toute personne responsable de l'animation placée devant ce genre de situations pourra tenter d'aider les jeunes en les dirigeant vers des personnes-ressources ou des organismes spécialisés dans ce type d'intervention.

Les prénoms des personnages ne varient pas lors d'une rencontre, ceci dans le but de faciliter le travail d'animation. Il ne faut cependant pas que les élèves soient amenés à conclure que le cumul de tous ces types de violence au sein d'un couple est fréquent ni qu'il faille attendre de vivre une telle situation avant de réagir.

### **Les conditions pour faciliter l'animation**

Le milieu joue un rôle important. Voici quelques pistes à suivre :

- Identifier dans l'école une personne-clé pour préciser l'appui logistique et la procédure en cas d'intervention de crise ou de demande de la part d'un-e élève.
- S'appuyer, lorsque possible, sur des projets en cours à l'école ou faire un lien avec des projets à venir.
- Avoir l'appui du personnel et des parents.
- Respecter le temps (2 périodes de 75 minutes).
- Respecter la formule (2 rencontres, deux animateurs, interaction avec les jeunes, etc.).
- Conserver les groupe-classes tels qu'ils sont pour faciliter le dialogue, maintenir la dynamique et rendre plus facile la communication (ex. : ne pas regrouper des classes).
- Voir si la présence de l'enseignant-e est un atout afin d'aider à la discipline ou de consolider les apprentissages.
- Le programme peut être dispensé même si tous les élèves du groupe sont de même sexe.
- Si l'âge des élèves diffère de celui pour lequel le programme a été articulé, il est important de l'adapter.

- Le programme ne devrait pas être dispensé à des élèves plus jeunes que 14 ans, puisqu'il a été évalué avec ces jeunes.

Les **animateurs et animatrices** ont un rôle crucial. Voici quelques qualités à rechercher.

- Une équipe composée d'une femme et d'un homme.
- Compétence en animation.
- Attitudes antiviolence et attitudes favorables aux relations égalitaires, dont les relations entre les sexes.
- Bon lien avec les jeunes.
- Connaissance du thème.
- Respect du programme.

Diverses personnes peuvent animer le programme ViRAJ (intervenants et intervenantes du réseau communautaire ou du milieu scolaire, enseignants et enseignantes, etc.). Toute personne qui se sent à l'aise avec l'animation et qui partage les valeurs véhiculées par ViRAJ peut dispenser le programme à la suite d'une préparation personnelle.

Les animateurs et animatrices peuvent trouver des informations utiles sur le portail suivant : Portail interactif <http://viraj.psy.ulaval.ca>

- Partage d'expérience.
- Boîtes à outils comprenant le guide et le matériel d'animation en classe.
- Statistiques.
- Informations juridiques.
- Résultats de recherche.

# L'ANIMATION

---

Première rencontre : Respect ou contrôle  
Deuxième rencontre : Droits, liberté ou contrôle

## CONSEILS PRÉALABLES SUR LES FAÇONS DE FONCTIONNER LORS DES RENCONTRES

**L'animateur ou l'animatrice énonce ces principes au début de chaque rencontre.**

« Les situations fictives discutées en classe sont inspirées d'entrevues et d'enquêtes faites auprès de jeunes. Vous connaissez possiblement d'autres exemples de relations où les partenaires vivent du contrôle, mais nous aimerions nous en tenir aux situations présentées. Pour le respect de la vie privée, nous ne nommerons pas en classe des exemples impliquant des personnes de votre entourage.

Si vous ressentez le besoin de parler d'une situation qui vous touche ou qui concerne un ami ou une amie, nous vous encourageons à consulter les coordonnées des personnes-ressources ou des organismes d'aide que nous mentionnerons. Nous serons également disponibles pour répondre à vos questions après chaque rencontre.

Tout au long du programme, nous valoriserons le respect des différences (ex. : orientation sexuelle, valeurs, expériences personnelles), le non-jugement, la confidentialité, la reconnaissance mutuelle, le fait de recevoir et de respecter le point de vue des autres. L'expression des idées de chacun et chacune doit se faire dans un respect mutuel, c'est-à-dire sans ridiculiser ou dévaloriser l'opinion d'autrui, tout en critiquant les commentaires déplacés, les propos racistes ou sexistes. »

Il est de plus recommandé d'évaluer le programme. Voir la suggestion de questionnaire dans la section *Activités supplémentaires*.

## PREMIÈRE RENCONTRE

### THÈME : RESPECT OU CONTRÔLE

#### Objectifs et consignes pour l'animation

La première rencontre aborde la violence psychologique. Elle introduit l'idée que la violence est essentiellement une prise de contrôle d'autrui et une négation de son point de vue et de ses besoins. Elle propose d'accorder davantage de respect au partenaire, à son identité, à ses besoins sociaux. Quatre exemples de contrôle de nature psychologique sont offerts pour discussion. Trois illustrent des incidents impliquant des comportements négatifs, alors que le quatrième exemple sur le chantage émotif, vise à faire comprendre que des comportements positifs, comme l'offre de cadeau, peuvent tout autant représenter une prise de contrôle visant à satisfaire ses seuls besoins. Les scènes sont intitulées :

- Contrôle des relations sociales par la possessivité
- Contrôle de l'apparence physique
- Contrôle des relations sociales par la jalousie
- Contrôle par le chantage émotif

#### Objectifs :

- Faire comprendre que la violence est une prise de contrôle.
- Mettre en évidence différentes formes de violence psychologique pouvant exister au sein des relations de couple.
- Comprendre que la responsabilité de l'abus ne doit pas être attribuée à la victime, mais plutôt à la personne qui abuse.
- Sensibiliser à l'importance des liens sociaux autres que la relation amoureuse.
- Reconnaître et mettre en œuvre des réponses favorisant une relation égalitaire et respectueuse.
- Être capable d'appliquer les droits discutés lors de la rencontre dans des situations précises où il y a risque d'abus.
- Savoir que chaque partenaire a pour responsabilité de respecter les droits de l'autre.

**Message principal :**

Exercer un contrôle sur son ou sa partenaire au détriment de son développement est incompatible avec l'amour.

**Matériel :**

- Des accessoires s'identifiant à un genre en particulier (casquette lavable, jupe fermant avec un velcro adaptable à diverses tailles, bouquet de fleurs ou autre petit objet-cadeau)
- Tableau noir
- Listes des personnes-ressources du milieu et de l'école
- Au besoin : carton d'animation

## L'ANIMATION DE LA PREMIÈRE RENCONTRE

Il s'agit en premier lieu de présenter le thème, d'annoncer qu'il y aura deux rencontres et d'introduire l'équipe d'animation.

L'approche auprès des élèves pourrait être faite en utilisant les questions suivantes :

- La violence dans les couples de jeunes, pensez-vous que cela existe ?
- Croyez-vous que ce soit un sujet assez important pour que l'on vienne vous en parler ?
- Estimez-vous que chez les jeunes, il y a autant ou moins de violence que chez les adultes ?
- Connaissez-vous différentes formes de violence ?

C'est justement parce qu'il peut y avoir de la violence au sein des relations de couple de jeunes que le programme ViRAJ a été mis sur pied, essentiellement dans un but de prévention et de promotion de relations égalitaires et respectueuses.

Lorsqu'on dit « relation de couple », on inclut plusieurs types de relations. Il y a d'abord les couples stables ou ceux qui sortent ensemble de façon régulière et les couples qui se forment pour un soir seulement, le temps d'une rencontre ou sortie. On parle d'un couple constitué de deux personnes, peu importe leur genre (sexe).

Peut-être pensez-vous que cela ne vous touche pas ? Dites-vous bien que, toutes et tous, nous vivons au moins une relation de couple dans notre vie. De plus, nous serons très probablement le confident ou la confidente d'une personne qui vit des problèmes dans sa relation de couple. Donc, le sujet nous touche tous d'une manière ou d'une autre.

Souvent, on associe la violence dans les couples à des coups, à des gifles, donc essentiellement à de la violence physique. Mais avant qu'un couple en arrive là, d'autres attitudes et d'autres comportements ont conduit, en bout de ligne, à cette violence physique.

Dans cette première rencontre, aujourd'hui, nous allons parler de contrôle. Qu'est-ce que cela pourrait être selon vous ? Qu'est-ce que le contrôle ? Avez-vous des exemples de ce que pourrait être le contrôle, pour un individu, pour un couple ?

### **Réactions possibles des élèves :**

#### *La maîtrise de soi*

- « Le contrôle, ça peut être la maîtrise de soi. »
- « Limiter ses pulsions, ses désirs. »

#### *L'influence sur autrui*

- « Avoir du leadership, vouloir diriger ou exercer une autorité sur les autres, vouloir prendre des décisions, influencer. . . »

#### *Le contrôle d'autrui*

- « Toujours décider pour un autre sans demander son avis. »
- « Exploiter financièrement une personne. »

La maîtrise de soi est donc une qualité, ainsi que certaines formes de leadership. Toutefois, lorsque le désir de contrôle amène à vouloir tout décider pour quelqu'un d'autre, à désirer posséder ou dominer cette personne, à utiliser l'humiliation pour détruire la personne, cela devient un abus. La violence est une prise de contrôle d'autrui.

Maintenant, voyons des situations vécues.

## ACTIVITÉ : THÉÂTRE-FORUM

### Matériel :

- Prévoir des accessoires tels qu'une mini-jupe (adaptable à des tailles différentes) pour le personnage féminin et une casquette pour le personnage masculin et, pour la quatrième scène, un bouquet de fleurs ou objet-cadeau.

### Consignes à présenter aux élèves :

- L'activité qui va suivre est une forme de théâtre qu'on appelle « théâtre-forum » parce que toutes les personnes présentes peuvent y participer.
- Il faut voir cette activité comme une occasion d'apprentissage plutôt qu'une performance théâtrale.
- Les accessoires donnent une image caricaturale, mais ils sont là pour nous aider à nous mettre dans la peau du personnage.
- Les membres de l'équipe d'animation (de préférence un homme et une femme) vont d'abord jouer une scène une fois pendant que les élèves observent sans intervenir.
- Le scénario présente une histoire de couple. Il leur est possible de juger que les comportements d'un ou des personnages ne sont pas adéquats, mais les élèves doivent attendre pour réagir.
- Une fois la scène terminée, il y aura discussion en groupe de ce qui était respectueux ou acceptable, selon les élèves, et de ce qui ne l'était pas, dans les comportements des personnages au fur et à mesure que leurs rôles ont évolué.
- Les animateurs et animatrices invitent par la suite deux élèves afin qu'ils viennent prendre la place des personnages en utilisant leurs accessoires pour les faire agir ou parler de la façon qui serait préférable à leurs yeux.

## INSTRUCTION POUR L'ANIMATION

- Une liste de droits est suggérée afin de baliser les zones de liberté des partenaires. Il ne s'agit pas de droits au sens de la loi. C'est notre équipe qui a choisi cette terminologie et la liste à proposer. Après chaque scène, un animateur ou une animatrice écrit le ou les droits reliés au tableau. Ils sont écrits dans le guide, dans la section portant sur l'animation de la discussion. Le but est par ces phrases courtes de favoriser le rappel afin que les élèves puissent les utiliser avec facilité. Voir l'encart 3.
- Il est préférable d'écrire le *droit* correspondant à chaque situation au tableau à la suite de la discussion.
- S'en tenir au texte et ne pas stéréotyper les personnages pour dépeindre la personne qui subit le contrôle et la personne qui contrôle. (Exemple à éviter : voix faible pour la victime, voix grave et agressive pour l'agresseur.)
- Les mêmes noms de personnages sont utilisés tout au long de la rencontre. Cependant, il ne faut pas laisser croire qu'on peut ou doit tolérer toutes ces formes de contrôle avant de chercher un changement ou encore que toutes ces formes de contrôle sont fréquemment retrouvées au sein d'un même couple.
- Nous vous proposons quelques balises afin de rejouer la scène de façon positive. Elles se trouvent à la fin de chaque section portant sur une scène. Les jeunes invités à reprendre la scène pourraient en effet jouer un scénario négatif, et alors l'animateur et l'animatrice devront intervenir.
- Notez que les variations proposées à chaque scène aident à comprendre le type de violence et à se préparer à la discussion et que ces variations ne seront pas jouées.
- Il est recommandé de respecter le choix du sexe attribué aux personnages dans les scènes. Par contre, il est possible de les modifier. Toutefois, il demeure important que les deux sexes soient représentés comme personne vivant du contrôle et en faisant subir.

### **Note à l'équipe d'animation :**

La liste des droits de la deuxième rencontre comprend des ajouts à consulter à l'encart 4.

**LISTE DES DROITS****Rencontre 1**

Scène 1 : Le contrôle des relations sociales par la possessivité

*Le droit d'avoir des relations sociales.*

Scène 2 : Le contrôle de l'apparence physique

*Le droit d'être respecté dans ses choix.*

Scène 3 : Le contrôle des relations sociales par la jalousie

*Le droit d'avoir des relations sociales.*

Scène 4 : Le contrôle par le chantage émotif

*Le droit d'exiger du respect.*

*Le droit que notre partenaire montre de la sollicitude à notre égard.*

# ANIMATION RENCONTRE 1

Les scènes

## SCÈNE 1

### LE CONTRÔLE DES RELATIONS SOCIALES PAR LA POSSESSIVITÉ

*Maria garde des enfants. Elle téléphone à Antoine :*

Antoine : Allô !

Maria : Salut Antoine, Madame Gagnon vient de m'appeler et elle va arriver plus tard que prévu. C'est ennuyeux, on ne pourra pas aller au cinéma !

Antoine : Moi, je peux y aller quand même...

Maria : Oh non, viens garder avec moi. S'il te plaît mon amour... *(voix mielleuse)*

Antoine : Mes amis, ils y allaient au cinéma. Je pourrais y aller avec eux. Ça fait longtemps que je les ai vus et ça me tente moi d'aller voir le film.

Maria : Appelles-les tes amis, ils vont comprendre que tu restes avec ta petite amie\*.

Antoine : Mais, moi ça me tente davantage d'aller au cinéma avec les gars.

Maria : *(soupir)* C'est ça ! Ça te tente plus de voir un film avec tes amis que de passer du temps avec moi. Antoine, est-ce que c'est avec moi que tu sors ? *(ton sec)*

Antoine : Je ne dis rien moi quand tu sors avec tes amies...

Maria : Justement, c'est parce que ça ne te dérange pas ! Moi, ça me dérange que tu ailles voir tes amis. Alors tu vas choisir : c'est moi ou tes amis.

*Elle raccroche.*

\*Petite amie = amoureuse, copine, blonde

Ensuite commence la discussion.

## ANIMATION DE LA DISCUSSION

### Scène 1 : Le contrôle des relations sociales pas la possessivité

**Objectif :** Mettre en évidence le contrôle des relations sociales d'autrui par la possessivité.

#### Types de contrôle :

- Psychologique
- Isoler le-la partenaire de son réseau social

**Droit :** Le droit d'avoir des relations sociales

#### Variations de la scène :

- Exiger que les deux partenaires partagent toujours leur repas à l'école.
- Exiger que l'autre ne puisse prendre de décision sans sa permission et soit donc en attente pour procéder à tout choix ou activité, ce qui l'isole de ses amis.

#### Message à laisser :

- Il est inacceptable d'empêcher son ou sa partenaire de voir ses amis ou ses amies en exigeant de sa part une disponibilité totale.
- Il est inacceptable de dénigrer les amis de son ou sa partenaire. Il demeure possible de formuler notre déplaisir à les fréquenter, sans exercer de contrôle.

#### Messages connexes :

- On ne peut exiger que l'autre abandonne son réseau d'amis ou d'amies pour nous.
- Le contrôle social peut nuire à l'autre en l'empêchant de vivre des relations sociales satisfaisantes.
- Sortir avec un garçon ou une fille ne suppose pas que l'on doit passer tous nos moments libres en sa compagnie, ni que l'on ait des comptes à lui rendre sur notre emploi du temps.

- Le phénomène de la « gang » ou du groupe d'amis peut être vécu de deux façons extrêmes qui nuisent au couple : obliger l'autre à ne plus voir ses amis ou éviter des moments d'intimité, en étant toujours avec eux. Si la personne sent que son copain évite tout moment d'intimité en étant toujours avec sa gang, elle peut nommer son malaise, mais sans exercer de contrôle.
- Il est important de ne pas s'oublier dans une relation de couple.
- Il faut valoriser le fait d'avoir du plaisir dans des activités en dehors du couple.

### Réactions possibles des jeunes :

- « Antoine devrait envoyer promener Maria et aller avec ses amis. »
- « Maria a vraiment un problème de dépendance. »
- « Tant qu'à se sentir déchiré entre deux, ses amis ou son amoureuse, il est mieux de ne rien faire de sa soirée et de rester seul. »
- « Si Antoine est toujours avec ses amis, Maria a le droit de lui imposer de passer la soirée avec elle. »

### Notes à l'équipe d'animation :

- Lorsqu'ils sont en couple, il arrive que les jeunes délaissent leur réseau social, ce qui sera souvent à leur détriment. D'où l'importance de trouver un bon équilibre.
- Si les personnages ont été inversés dans la scène, il est nécessaire de le faire aussi pour la formulation des questions.
- Il est préférable d'écrire le *droit* correspondant à la situation au tableau à la suite de la discussion.

### Questions suggérées pour animer la discussion :

- Comment avez-vous trouvé la scène ?
- Y avait-il du contrôle ?
- Qui l'exerçait ? Pourquoi ?
- Quelles sont les 4 stratégies que Maria a utilisées ? (Le mot 'On' trop inclusif, pression sans laisser place au choix de l'autre, ultimatum de choisir entre elle et les amis, rompre la communication téléphonique.)

- Comment croyez-vous qu'Antoine s'est senti lorsqu'il a reçu ce message ?
- Comment croyez-vous qu'Antoine se sentira s'il va au cinéma ?
- Comment croyez-vous qu'Antoine se sentira s'il va garder les enfants avec Maria ?
- Est-ce que, parfois, on exige de l'autre qu'il coupe ses relations tout en ne le faisant pas soi-même (moi je peux et pas toi...) ?
- Si je ne vois plus mon groupe d'amis par choix, ai-je le droit d'exiger la même chose de mon petit ami ou de ma petite amie ?
- Qu'arrivera-t-il à la longue dans cette situation ?
- Quel est le besoin de Maria ?
- Que pourrait faire Maria pour répondre à son besoin sans exercer de contrôle ?
- Que pensez-vous de la situation où la personne veut toujours être avec ses amis et évite d'être seule avec son petit ami ou petite amie ?
- Que peut-il arriver ?
  - Antoine pourrait se choquer et laisser Maria (si cela se produit à répétition).
  - Antoine pourrait céder à Maria et perdre ses amis et ses amies (si cela se produit à répétition).
- Comment pourrait-on rendre cette situation positive ?

### **Scène positive à faire jouer par deux élèves :**

#### **À considérer :**

- Il est possible de proposer un compromis ou toute forme de résolution, s'il ou elle le désire.
- Il faut que Maria nomme son besoin. (ex. : elle a envie de voir Antoine)

#### **À éviter :**

- Il ne faut pas qu'Antoine demande une permission à Maria.
- Il ne faut pas qu'Antoine se sente mal à l'aise d'aller au cinéma avec ses amis.
- Il ne doit pas y avoir de transfert de contrôle, Antoine l'exerçant.

- Il ne faut pas que Maria négocie (Ex. : Ok pour ce soir, mais la prochaine fois, tu viens garder avec moi.).
- Il ne faut pas que Maria maintienne ses 4 stratégies de contrôle.

## SCÈNE 2

### LE CONTRÔLE DE L'APPARENCE PHYSIQUE

*Maria attend son petit ami Antoine :*

Maria : Voyons, qu'est-ce qu'il fait donc ? Il m'avait dit qu'il viendrait me chercher à neuf heures. La soirée doit déjà être commencée, puis j'ai hâte qu'il voit ma nouvelle jupe.

*Antoine frappe à la porte :*

Maria : Bon enfin, le voilà.

*Maria ouvre la porte : Antoine la regarde de haut en bas avec un air méprisant.*

Maria : Salut, il faut se dépêcher parce que ma mère veut que je rentre avant minuit. Regarde ma nouvelle jupe, je l'aime beaucoup.

*Antoine n'écoute pas Maria et pousse des soupirs.*

Antoine : Tu vas vraiment venir comme ça à la soirée ?

Maria : Oui, qu'est-ce qu'il y a ?

Antoine : Là... tu trouves ça approprié ?

Maria : Voyons ! Julie a une jupe qui ressemble à celle-là et puis tu disais que tu trouvais la jupe belle...

Antoine : Ouais, mais elle ce n'est pas la même chose.

Maria : Comment ça, ce n'est pas la même chose ?

Antoine : Julie, ce n'est pas ma petite amie\*.

Maria : Que veux-tu dire ?

Antoine : Et bien, c'est que si tu ne te changes pas, moi je ne t'emmène pas. Puis dépêche-toi parce qu'il est rendu neuf heures et demie ! La soirée doit déjà être commencée.

\*Petite amie = amoureuse, copine, blonde

Ensuite commence la discussion.

## ANIMATION DE LA DISCUSSION

### Scène 2 : Le contrôle de l'apparence physique

**Objectif :** Mettre en évidence le contrôle de l'apparence physique d'une autre personne.

#### Types de contrôle :

- Psychologique
- Possessivité (traiter l'autre comme un objet)
- Jalousie (thème secondaire) : Ce thème sera présent si la scène aborde un choix vestimentaire où le-la jeune met trop en valeur son corps selon le ou la partenaire (peur que l'autre séduise).

**Droit :** Le droit d'être respecté dans ses choix

#### Variations de la scène :

- Caractéristique du corps : Cheveux, poids/musculature, pilosité (exiger un changement pour qu'il-elle se conforme à ses propres goûts).
- Note : Il est possible que les variations de la scène se prêtent moins à l'interprétation de la jalousie.

**Message à laisser :**

- Il est inacceptable de vouloir décider de l'apparence, de l'allure (look) ou du style de l'autre, qu'il s'agisse de ses vêtements, de sa coiffure ou de son maquillage.

**Messages connexes :**

- C'est une façon de vouloir posséder l'autre personne en ne la laissant pas choisir une allure séduisante ou dans laquelle elle se sent belle.
- Le contrôle de l'apparence physique peut être dû à la crainte de perdre l'autre parce qu'il est séduisant ou qu'elle est séduisante. Cependant, cette crainte ne justifie pas le comportement de contrôle. C'est là une question de confiance.
- Il est important de se respecter dans ce qu'on a envie d'être et dans ses choix (vêtement, style, etc.) et de ne pas se transformer uniquement pour se conformer aux désirs de l'autre.
- On peut vouloir donner son opinion en ce qui a trait à l'apparence de l'autre, mais il faut être conscient de l'impact que ça a sur l'autre. Lorsqu'un tel comportement devient constant ou dévalorisant, il peut s'avérer nocif pour l'estime de soi. Pensons aux commentaires négatifs constants sur le poids, la musculature, etc.
- Faire attention au pouvoir que l'on a en tant que « petit ami » ou « petite amie ». Tout le monde sait l'importance que l'on accorde à l'opinion de son ou de sa partenaire.

**Réactions possibles des jeunes :**

- Il y aura peut-être des réactions de révolte chez certaines jeunes, ce qui n'amène pas un règlement positif du problème et peut inciter à répliquer par des réponses blessantes :
  - « Je ne te dis pas comment t'habiller, toi. »
  - « Si tu n'es pas content, je vais y aller seule à cette soirée. »
- D'autres peuvent se soumettre à contrecœur aux demandes du partenaire ou de la partenaire :
  - « On a beau vouloir lutter contre ça, on peut juste se conformer tranquillement. »

## Notes à l'équipe d'animation :

- Pour les filles, le contrôle de l'apparence de leur « petit ami » ou de leur « petite amie » semble souvent lié au fait qu'elles ne veulent pas que l'autre personne ait l'air folle ou soit mal habillée. Pour les garçons, la même chose est possible, quoique la volonté de contrôle semble davantage motivée par l'envie de limiter leur « petite amie » ou petit « ami » dans la mise en valeur de son côté sexy. Certains peuvent apprécier que leur partenaire soit populaire ou attire l'attention dans leur groupe d'amis, à condition que ce soit en leur présence.
- **L'hypersexualisation:** Les discussions de cette scène pourront mener vers le thème de l'hypersexualisation. Des jeunes évoqueront que les pressions de la mode amènent les filles à choisir des tenues suggestives ou, selon d'autres, sexy. Les programmes ViRAJ et PASSAJ veulent plutôt provoquer la réflexion sur l'exercice du pouvoir masculin qui peut s'exprimer par le contrôle vestimentaire. Nous invitons donc les animateurs et animatrices à ramener la discussion sur ce thème. Le thème de l'hypersexualisation pourra faire l'objet d'une autre rencontre ou animation (voir le film Sexy inc.).

Certains garçons inciteront leur petite amie à s'habiller de façon suggestive ou à se coller aux diktats de la mode du jour au détriment de l'image qu'elles ont d'elle-même et aimeraient projeter ou simplement de leur confort. Des jeunes filles pensant avoir trouvé ainsi la meilleure manière d'attirer le regard masculin se vêtiront selon ces normes propagées par le monde de la mode et des cosmétiques. Des garçons exprimeront leur malaise devant un corps de fille transformé en marchandise, celui de leur petite amie ou de connaissances, et trouveront légitime de demander des changements. Ils souligneront que la fille devrait réfléchir sur ce qu'elle projette. D'autres garçons exigeront que la fille s'habille décemment, cache ses formes, ses bras, se voile, etc. Dans notre société, nous affirmons qu'il doit y avoir un choix personnel informé face aux diktats vestimentaires d'une religion ou de toute autre pression (marketing, pornographie, pressions sociales). Exiger la jupe très courte ou la jupe longue ou encore le voile sont des façons d'exercer le contrôle sur le corps de sa petite amie ou de sa sœur. On peut y voir des formes de « sex-isation » du corps de la femme, vue comme une propriété de l'homme. ViRAJ veut réinsuffler un espace de liberté réfléchi. Le respect de soi, la pudeur, la coquetterie, la beauté du corps, la séduction peuvent s'exprimer de diverses manières qui nous conviennent et que nous avons à identifier.

- Des jeunes mentionneront vouloir acheter la paix ou éviter un conflit au sein du couple en se conformant aux demandes.
- Si les personnages ont été inversés dans la scène, il est nécessaire de le faire aussi pour la formulation des questions.

- Il est préférable d'écrire le *droit* correspondant à la situation au tableau à la suite de la discussion.

### Questions suggérées pour animer la discussion :

- Comment avez-vous trouvé la scène ?
- Dans cette scène, y avait-il du contrôle ?
- Qui exerçait le contrôle ?
- Comment ce contrôle s'est-il manifesté ?
- Qu'est-ce qu'Antoine voulait contrôler ?
- Pourquoi essayait-il de contrôler la façon de s'habiller de Maria ?
- Quels sont les sentiments qui se cachent derrière l'attitude d'Antoine ?
- Pourquoi Maria s'habille-t-elle comme ça ?
- Comment Maria pourrait-elle réagir devant le comportement d'Antoine ? Que pourrait-elle lui répondre ? (Le droit d'être respectée dans ses choix.)
- Pensez-vous que le fait de contrôler l'apparence physique de sa « petite amie » ou de son « petit ami » est fréquent ?
- Est-ce que cela se produit que certaines filles veuillent contrôler leur petit ami ou leur petite amie ?
- Est-ce que cela s'exerce de la même façon ?
- Quels sont les impacts pour la personne qui vit le contrôle ?
- Que peut-il arriver si on contrôle l'autre jusque dans son apparence physique ?
- Si cela se produit de manière répétitive et continue dans le temps, qu'est-ce qui peut arriver ?
- Qu'est-ce qui manque dans leur couple (communication, confiance) ?
- Est-il légitime de donner son opinion sur un vêtement que vient de s'acheter son « petit ami » ou sa « petite amie » ? Comment ?
- Quelle solution peut-on apporter à cette situation ?
- Si Antoine demande de manière respectueuse à Maria de se changer, est-ce que c'est acceptable ?

- Si Antoine nomme son malaise, est-ce que c'est une raison valable pour que Maria change de vêtement ?
- Comment pourrait-on rendre la situation positive ?

**Scène positive à faire jouer par deux élèves :**

**À considérer :**

- Il ne faut pas que Maria se change de vêtement.
- Il ne faut pas qu'Antoine fasse sentir de pression d'aucune manière.
- Il faut que Maria se sente libre de ses choix.

**À éviter :**

- Il ne doit pas y avoir de demande de permission de la part de Maria.
- Il ne doit pas y avoir de transfert de contrôle.

### SCÈNE 3

#### LE CONTRÔLE DES RELATIONS SOCIALES PAR LA JALOUSIE

*Antoine et Maria sont assis l'un près de l'autre. Antoine semble fâché et le fait sentir à Maria.*

Maria : C'était agréable hier ?

Antoine : Ouin, un peu. (*soupir*)

Maria : Qu'est-ce que tu as ? Ça fait une demi-heure que tu es assis et que tu as l'air fâché !

Antoine : Tu as pas mal fait ta séductrice hier au party\*...

Maria : Comment ça, fait ma séductrice ?

Antoine : Tu as passé la soirée à parler avec Olivier !

Maria : Je ne lui ai pas parlé tant que ça !

Antoine : Tu lui as trop parlé. C'est à se demander si c'est avec moi que tu sors ou avec lui...

Maria : Tu délirés?

Antoine : Je ne délire pas. Je vois bien que tu ne détesterais pas qu'il se passe quelque chose avec lui.

Maria : Antoine, es-tu jaloux ?

Antoine : Si je suis jaloux c'est parce que je t'aime...

\* Party = fête, soirée ou réception

Ensuite commence la discussion.

## ANIMATION DE LA DISCUSSION

### Scène 3 : Le contrôle de relations sociales par la jalousie

**Objectif :** Mettre en évidence le contrôle des relations sociales d'autrui par la jalousie.

#### Types de contrôle :

- Psychologique
- Restreindre le ou la partenaire dans ses échanges avec autrui
- Crise de jalousie

**Droit :** Le droit d'avoir des relations sociales

#### Variations de la scène :

- Mettre des balises à l'autre dans ses relations : restreindre le temps des échanges, interdire des échanges avec certaines personnes, exiger que le partenaire passe plus de temps avec nous lors d'une activité en groupe, empêcher de détenir un emploi, etc.
- Vérifier les appels faits sur le cellulaire ou sur sa messagerie sur Internet.

#### Message à laisser :

- Il est inacceptable de décider avec qui la personne que l'on aime peut parler ou sortir.

#### Messages connexes :

- Le contrôle social est souvent exercé sous prétexte de jalousie puisque, pour plusieurs personnes, la jalousie constitue une preuve d'amour, ce qui est faux.
- Le contrôle social peut nuire à l'autre en l'empêchant de vivre des relations sociales satisfaisantes à l'extérieur du couple.
- On devrait voir la jalousie comme une sonnette d'alarme qui indique que l'on a besoin de parler à l'autre personne et de vérifier si on a raison ou non d'avoir peur de le ou la perdre, si la menace ressentie est fondée.

- On n'est pas la propriété de l'autre et l'autre n'est pas notre propriété.
- Il est important que les deux partenaires se sentent libres et se respectent mutuellement dans le couple.
- Il est important d'être honnête avec son partenaire.
- Si on est inquiet du fait qu'une personne convoite notre partenaire, c'est avec ce dernier qu'on doit discuter de la situation parce que c'est avec lui qu'on est en relation.
- La personne qui vit de la jalousie doit nommer son inquiétude de façon respectueuse, sans accuser l'autre.

### **Message à ne pas laisser :**

- « Être jaloux ou jalouse est une preuve qu'on aime l'autre », c'est faux. C'est plutôt la peur de perdre l'autre, le manque de confiance en soi ou le manque de confiance en l'autre.

### **Réactions possibles des jeunes :**

- « Sans jalousie, il n'y a pas d'amour! » La jalousie leur paraît à la fois correcte dans certains cas et inacceptable dans d'autres.
- « Moi c'est pas en mon partenaire que j'ai pas confiance, c'est en la personne qui tourne autour. »
- « Je suis libre de faire ce que je veux. »

### **Notes à l'équipe d'animation :**

- Il est important de bien définir la notion de liberté au sein du couple en en discutant entre eux.
- Il ne faut pas promouvoir l'idée de tolérer l'infidélité. La scène proposée ne traite d'ailleurs pas de ce thème.
- Il faut recadrer la discussion lorsque les jeunes mettent l'accent sur le fait que Maria a passé beaucoup de temps à parler à Olivier. C'est un faux débat.
- L'animateur ou l'animatrice doit prendre le soin de bien choisir ses mots lorsqu'il aborde le sentiment de jalousie. Une personne peut ressentir de la jalousie, mais il n'est pas essentiel qu'elle en vive et il n'est pas normal qu'elle en ressente

constamment. En mentionnant que la jalousie est normale, l'animateur ou l'animatrice vient justifier le comportement contrôlant qui peut venir avec ce sentiment. L'animateur ou l'animatrice doit insister sur une façon constructive de réagir lorsqu'une personne ressent de la jalousie et sur la nécessité de bien communiquer ce sentiment sans vouloir restreindre l'autre dans ses interactions avec autrui ou contrôler ses comportements.

- Si les personnages ont été inversés dans la scène, il est nécessaire de le faire aussi pour la formulation des questions.
- Il est préférable d'écrire le *droit* correspondant à la situation au tableau à la suite de la discussion.

### **Questions suggérées pour animer la discussion :**

- Comment avez-vous trouvé la scène ?
- Y avait-il du contrôle ?
- Qui l'exerçait ?
- Qu'est-ce qu'Antoine voulait contrôler ?
- Pourquoi ?
- La jalousie est-elle une preuve d'amour? Est-ce flatteur ?
- Qu'est-ce qui serait une preuve positive d'amour ?
- Qu'est-ce qui se cache derrière la jalousie ? (Manque de confiance en soi, manque de confiance en l'autre ou peur de perdre l'amour exclusif de l'autre.)
- Si je ne vis pas de jalousie dans mon couple, est-ce parce qu'on ne s'aime pas ?
- Comment se sent-on quand on est jaloux ou jalouse ?
- Qu'est-ce que la jalousie peut nous amener à faire ?
- La jalousie excessive peut-elle porter atteinte à un droit de notre partenaire ?
- Le fait de vivre avec une personne très jalouse peut-il changer votre vie ? Si oui, de quelle façon ?
- Y a-t-il une jalousie acceptable et une autre non acceptable ? (C'est la façon dont la personne l'actualise qui est acceptable ou pas.)
- Est-ce normal de vérifier les communications de son ou sa partenaire (Ex. : courriels, messages textes, etc.) ?

- Jusqu'où la jalousie peut-elle aller ?
- Que peut-on faire lorsqu'on se sent jaloux ou jalouse ?
- Comment pourrait-on rendre la situation positive ?

### **Scène positive à faire jouer par deux élèves :**

#### **À considérer :**

- S'exprimer à partir de l'émotion ressentie, au « Je » et sans accuser l'autre.
- Parler calmement.
- Maria doit rassurer Antoine.

#### **À éviter :**

- Il ne faut pas que Maria soit vraiment intéressée par Olivier car ceci change le propos discuté.
- Il ne faut pas que la liberté des partenaires soit restreinte.
- Suite à la discussion entre les partenaires, il ne faut pas qu'il y ait une entente sur un mode de surveillance des contacts.
- Il ne doit pas y avoir de transfert de contrôle.

## SCÈNE 4

### LE CONTRÔLE PAR LE CHANTAGE ÉMOTIF

*Maria fait ses devoirs. On sonne à la porte et elle va ouvrir.*

Maria : *(ton hésitant)* Ah! Antoine...

Antoine : Je veux juste te parler...

Maria : Moi, je ne suis pas sûre que cela me tente. Après la façon dont tu m'as traitée... j'ai besoin d'un moment pour réfléchir.

*Antoine lui présente des fleurs ou un petit cadeau.*

Antoine : Pour celle que j'aime le plus au monde...

Maria : *(embarrassée)* Oh, merci, je... je... Elles sont belles, mais euh... Tu sais, hier, tu m'as vraiment fait de la peine en riant de mon projet d'art comme ça devant tout le monde.

Antoine : Tu le sais que tu es trop sensible et il faudrait que tu arrêtes de t'en faire avec des détails comme ça. Si on commence à prendre des temps de réflexion à chaque fois qu'il nous arrive la moindre embûche, notre vie de couple ne durera pas longtemps.

Maria : Ça m'a fait beaucoup de peine.

Antoine : Je vais encore te l'expliquer, quand je t'ai vue hier, je venais d'apprendre que j'avais un échec en mathématiques et en français alors je me suis comme défoulé. Comprends-tu que je suis dans une situation vraiment difficile ? Deux échecs. Imagine ce que mes parents vont dire... Ah, je suis vraiment déprimé.

Maria : *(ton compréhensif)* Ouin, pauvre toi...

Antoine : Maria, tu vois bien que tu ne peux pas me blâmer. Ne me laisse pas, j'ai tellement besoin de toi. Tu es la seule qui me comprend vraiment...

Ensuite commence la discussion.

## ANIMATION DE LA DISCUSSION

### Scène 4 : Le contrôle par le chantage émotif

**Objectif :** Mettre en évidence la manipulation des sentiments en tant que contrôle.

#### Type de contrôle :

- Manipulation des sentiments par l'apitoiement
- Dénigrement (Ce thème est présent mais secondaire. Il est abordé plus en profondeur dans la rencontre 2.)
- Indifférence ou banalisation des sentiments du partenaire

#### Droit :

- Le droit d'exiger du respect
- Le droit que notre partenaire montre de la sollicitude à notre égard

#### Variation de la scène :

- Accusation d'abandon/contrôle par la culpabilisation du ou de la partenaire.  
\*Le chantage émotif par la menace n'est pas abordé.

#### Messages à laisser :

- Il est inacceptable de jouer avec les sentiments et les émotions de l'autre pour tenter d'obtenir quelque chose.
- Ce ne sont pas seulement des comportements agressifs ou méchants qui servent à contrôler l'autre. Par exemple, on peut provoquer un sentiment de pitié ou donner des cadeaux pour attirer la sympathie de notre partenaire et en tirer avantage.
- Il est normal de vivre de la frustration, mais inacceptable de faire vivre ses humeurs et ses états d'âme aux autres.
- Ridiculiser l'autre est une forme de contrôle, que ce soit en présence ou non d'autrui.

- Un problème d'ordre personnel ne justifie pas un comportement de contrôle. Rien n'excuse la violence. La personne qui pose le geste violent demeure responsable de ses actions.

### **Messages connexes :**

- L'indifférence ou la banalisation des sentiments de la victime est aussi une forme de contrôle psychologique.

### **Réactions possibles des jeunes :**

- « Maria s'est fait avoir, elle est trop soumise. »
- « Il me semble que c'est évident qu'il manipule. »
- « Il essaye de l'acheter avec son cadeau. »

### **Notes à l'équipe d'animation :**

- La scène peut être jouée en changeant le genre des personnages. Par exemple, Maria se moquerait d'une chanson qu'Antoine a écrite et lui apporterait un DVD avec de la musique qu'il préfère, au lieu des fleurs.
- Si les personnages ont été inversés dans la scène, il est nécessaire de le faire aussi pour la formulation des questions.
- Il faut prendre le temps de parler de la violence psychologique par le dénigrement, mais centrer l'essentiel de la discussion sur la manipulation.
- Il est préférable d'écrire le *droit* correspondant à la situation au tableau à la suite de la discussion.

### **Questions suggérées pour animer la discussion :**

- Qu'est-ce que vous pensez de la scène ?
- Y avait-il du contrôle ?
- Qui exerçait ce contrôle ?
- Qu'est-ce qu'Antoine fait pour contrôler ? (Déresponsabilisation, attire la pitié, indifférence aux besoins de Maria.)

- Dans quelle intention Antoine a-t-il offert des fleurs à Maria ?
- Que pensez-vous du fait qu'Antoine utilise ses problèmes personnels pour contrôler l'autre ?
- Que pensez-vous des supplications d'Antoine pour convaincre Maria de ne pas le laisser ?
- Est-ce qu'Antoine est venu s'excuser ? (Amener les jeunes à s'apercevoir qu'au fond Antoine s'est inventé des excuses pour son comportement.)
- Antoine a-t-il reconnu sa faute ?
- Comment Antoine pourrait-il gérer ses frustrations au lieu de déverser sa colère sur Maria ?
- Que pensez-vous du fait qu'Antoine dise à Maria que c'est elle qui voit la situation pire que ce qu'elle est en réalité ? Qu'elle exagère ?
- Si Antoine s'excuse et qu'il recommence par la suite, que pensez-vous qu'il se produira ?
- Comment pourrait s'exprimer le droit à la sollicitude et au respect au sein de ce couple ?
- Comment pourrait-on rendre la situation positive ?

### **Scène positive à faire jouer par deux élèves :**

#### **A considérer :**

- Antoine doit s'excuser et reconnaître ses torts.
- Antoine doit être à l'écoute des sentiments de Maria.
- Antoine doit s'engager à modifier son comportement.

#### **À éviter :**

- Il ne doit pas y avoir de transfert de contrôle (Antoine devient la victime et Maria devient la personne qui contrôle).
- Il ne faut pas qu'Antoine apporte des fleurs à Maria.

## LA CONCLUSION DE LA PREMIÈRE RENCONTRE

### Le contrôle par les menaces suicidaires

Afin d'amener les jeunes à aborder le contrôle par les menaces suicidaires, deux stratégies sont proposées :

**Stratégie A** (Si la scène 4 a été abordée dans la rencontre)

Si on reprend la dernière scène du contrôle par le chantage émotif, Antoine pourrait poursuivre sa manipulation et aller jusqu'à menacer de se suicider si Maria ne cède pas à son chantage. Que fait-on dans ce genre de situation ?

**Stratégie B**

Nous vous avons présenté quatre formes de contrôle : le contrôle des relations sociales par la possessivité, le contrôle de l'apparence physique, le contrôle des relations sociales par la jalousie et le contrôle par le chantage émotif.

- Y a-t-il d'autres exemples de formes de contrôle ?
- Si les partenaires mettent un terme à leur relation, est-ce qu'il peut y avoir encore du contrôle ? Quel type de contrôle pourrait arriver à ce moment ?

**Exemples de réponses :**

- « Que la personne laissée harcèle son ancien(ne) copain (copine). »
- « Oui, les menaces de suicide... »

**Notes à l'équipe d'animation :**

La question des menaces de suicide doit être abordée avec précaution afin de ne pas contredire les messages véhiculés par les programmes de prévention du suicide. On insistera donc sur l'idée que même s'il arrive que des personnes menacent leur partenaire de se suicider si l'autre rompt et que cela soit fait dans un but de contrôle, il faut toujours prendre au sérieux ce genre de menaces puisque les peines d'amour peuvent être douloureuses et que certaines personnes vont même jusqu'à s'enlever la vie.

Si les jeunes vivent une situation de ce type, il faut les inciter à :

- Croire la personne qui dit qu'elle va se suicider, cela peut arriver.
- Briser la confidentialité.
- S'assurer que la personne recevra de l'aide. Elle doit en parler à quelqu'un, une ressource, un ami ou un parent.
- Aller chercher de l'aide auprès d'une ressource appropriée (centre de prévention du suicide).
- Respecter sa propre décision de mettre fin à la relation et se protéger, se dégager de la situation. Retenir qu'il est important, si on n'aime plus une personne, de la quitter malgré tout.
- Ne pas prendre la responsabilité de la vie de l'autre sur ses épaules ou assumer son état émotionnel.

### **Le contrôle : ce n'est pas de l'amour, c'est de la violence**

Le contrôle de type psychologique constitue une forme de violence parfois difficile à mettre en évidence par la personne qui en est victime et par les gens qui l'entourent. Les scènes de contrôle qui ont été jouées, puis discutées en groupe constituent des exemples de violence psychologique. Chaque scène présentait un personnage exerçant un pouvoir sur l'autre en contrôlant, par exemple, son aspect physique, ses relations sociales ou ses émotions, l'empêchant ainsi de s'épanouir pleinement et de vivre une relation amoureuse satisfaisante. Ces diverses formes de violence psychologique peuvent annoncer un vécu futur de violence physique. On parle alors d'escalade possible de la violence. Le contrôle s'installe progressivement, il est donc important d'intervenir tôt.

Pour régler un problème de contrôle, il est nécessaire que celui ou celle qui contrôle accepte de faire des efforts pour changer. Un problème de contrôle, c'est un problème qui appartient avant tout à l'individu, pas au couple. Il peut arriver que la solution la plus saine soit de rompre. Cela peut paraître parfois difficile, mais c'est une solution à envisager.

Qu'a-t-on à gagner à contrôler l'autre ? Qu'y perd-on ? À court terme, contrôler son-sa partenaire peut sembler avantageux à la personne qui exerce ce contrôle. Toutefois, la personne qui subit le contrôle finira par avoir peur des réactions de sa ou de son partenaire. Cela l'amènera probablement à ne plus lui parler de certains aspects de sa vie et même à lui mentir.

La communication sera faussée et ce n'est pas de cette façon que la qualité de la relation de couple s'améliorera.

### **Reprise des messages**

- Contrôler une personne en l'empêchant de s'épanouir, c'est incompatible avec l'amour.
- Le contrôle est inacceptable même s'il ne se produit pas de façon répétée.
- Comme la violence psychologique peut mener, entre autres, à la violence physique et à diminuer son estime de soi, il ne faut pas accepter cette forme de violence.
- Vous avez peut-être pris conscience que vous vivez du contrôle ou que vous en faites vivre. Cela peut être l'occasion de changer vos comportements pour vivre des relations plus respectueuses. (Indiquer de la main la liste des droits inscrits au tableau.)
- N'hésitez pas à consulter les personnes-ressources nommées dans votre agenda scolaire ou dans le bottin des ressources de votre école si vous en ressentez le besoin.

Vous pouvez annoncer la prochaine rencontre.

## DEUXIÈME RENCONTRE

### THÈME : DROITS, LIBERTÉ OU CONTRÔLE

#### Objectifs et consignes pour l'animation

La deuxième rencontre aborde la violence psychologique et la violence sexuelle. On y poursuit la représentation de la violence comme une prise de contrôle. Cette rencontre rappelle que l'égalité au sein du couple présuppose l'exercice de droits et un espace de liberté. De plus, elle fait voir qu'une relation saine intègre de la sollicitude envers l'autre. Les deux types de contrôle psychologique illustrés ajoutent à ceux traités lors de la première rencontre. Trois scènes permettent de traiter de la violence sexuelle. De plus, la notion de conflit ou de discussion dans un couple est introduite dans une autre scène pour illustrer la différence avec une situation de violence. Les scènes sont intitulées :

- Contrôle par les insultes
- Influence
- Contrôle par les pressions sexuelles
- Contrôle par l'agression sexuelle
- Contrôle par l'agression sexuelle sous influence de l'alcool
- Contrôle par les atteintes à la réputation

#### Objectifs :

- Faire comprendre que la violence sexuelle est elle aussi une prise de contrôle.
- Poursuivre la mise en évidence de différentes formes de violence psychologique pouvant exister au sein des relations de couple.
- Faire comprendre que le conflit, la discussion et la divergence d'opinion diffèrent de la violence.
- Saisir l'importance dans une relation amoureuse d'être attentif à l'autre et de lui laisser un espace de liberté.
- Comprendre que la responsabilité de l'abus ne doit pas être attribuée à la victime, mais plutôt à la personne qui abuse.

- Reconnaître et mettre en œuvre des réponses favorisant une relation égalitaire et respectueuse.
- Être capable d'appliquer les droits discutés lors de la rencontre dans des situations précises où il y a risque de violence.
- Savoir que chaque partenaire a pour responsabilité de respecter les droits de l'autre.

### **Message principal :**

Dans une relation de couple égalitaire, les partenaires ont les mêmes droits et disposent de la même liberté d'agir et de penser.

### **Matériel :**

- Des accessoires s'identifiant à un genre en particulier (casquette lavable, jupe fermant avec un velcro adaptable à diverses tailles, bouquet de fleurs ou autre petit objet-cadeau)
- Tableau noir
- Listes des personnes-ressources du milieu et de l'école
- Au besoin : carton d'animation

## **UN RETOUR SUR LA PREMIÈRE RENCONTRE**

On commence la rencontre en demandant à des jeunes de faire une synthèse des principaux éléments mis en évidence à l'occasion de la première rencontre (contrôle d'autrui et caractère inacceptable de ce contrôle).

**Le message principal était :** Exercer un contrôle sur son ou sa partenaire au détriment de son développement est incompatible avec l'amour.

Maintenant, voyons d'autres situations vécues.

## ACTIVITÉ : THÉÂTRE-FORUM, VISUALISATION ET JEU COLLECTIF

### Matériel :

- Prévoir des accessoires tels qu'une mini-jupe (adaptable à des tailles différentes) pour le personnage féminin et une casquette pour le personnage masculin et, pour la quatrième scène, un bouquet de fleurs ou objet-cadeau.

### Consignes à présenter aux élèves :

- L'activité qui va suivre est une forme de théâtre qu'on appelle « théâtre-forum » parce que toutes les personnes présentes peuvent y participer. Elle intègre aussi un exercice de visualisation et un jeu collectif qui seront décrits lorsque abordés.
- Il faut voir cette activité comme une occasion d'apprentissage plutôt qu'une performance théâtrale.
- Les accessoires donnent une image caricaturale, mais ils sont là pour nous aider à nous mettre dans la peau du personnage.
- Les membres de l'équipe d'animation (de préférence un homme et une femme) vont lors du théâtre-forum d'abord jouer une scène une fois pendant que les élèves observent sans intervenir.
- Le scénario présente une histoire de couple. Il leur est possible de juger que les comportements d'un ou des personnages ne sont pas adéquats, mais les élèves doivent attendre pour réagir.
- Une fois la scène terminée, il y aura discussion en groupe de ce qui était respectueux ou acceptable, selon les élèves, et de ce qui ne l'était pas dans les comportements des personnages au fur et à mesure que leurs rôles ont évolué.
- Les animateurs et animatrices invitent par la suite deux élèves afin qu'ils viennent prendre la place des personnages en utilisant leurs accessoires pour les faire agir ou parler de la façon qui serait préférable à leurs yeux.

*L'exercice de visualisation et le jeu collectif diffèrent quelque peu et seront décrits plus tard aux élèves juste avant leur mise en oeuvre.*

## INSTRUCTIONS POUR L'ANIMATION

- La rencontre 2 comporte des scènes jouées de trois façons : théâtre-forum, visualisations et jeu collectif. Les visualisations sont de courtes histoires racontées aux jeunes et servent de point de départ pour les discussions. Une seule personne de l'équipe d'animation fera la narration suggérée en demandant aux élèves d'imaginer la scène. Il n'y aura pas de reprise avec des élèves mais seulement une discussion. Le jeu collectif permet de faire vivre une rumeur en classe. Les instructions se retrouvent plus loin. Le jeu collectif sert aussi d'amorce à la discussion.
- Une liste de droits est suggérée afin de baliser les zones de liberté des partenaires. Il ne s'agit pas de droits au sens de la loi. C'est notre équipe qui a choisi cette terminologie et la liste à proposer. Après chaque scène, un animateur ou une animatrice écrit le ou les droits reliés au tableau. Ils sont écrits dans le guide, dans la section portant sur l'animation de la discussion. Le but est par ces phrases courtes de favoriser le rappel afin que les élèves puissent les utiliser avec facilité. Voir l'encart 4.
- Il est préférable d'écrire le *droit* correspondant à chaque situation au tableau à la suite de la discussion.
- S'en tenir au texte et ne pas stéréotyper les personnages pour dépeindre la personne qui subit le contrôle et la personne qui contrôle. (Ex. : voix faible pour la victime, voix grave et agressive pour l'agresseur.)
- Les mêmes noms de personnage sont utilisés tout au long de la rencontre. Cependant, il ne faut pas laisser croire qu'on peut ou doit tolérer toutes ces formes de contrôle avant de chercher un changement ou encore que toutes ces formes de contrôle sont fréquemment retrouvées au sein d'un même couple.
- Nous vous proposons quelques balises afin de rejouer la scène de façon positive. Elles se trouvent à la fin de chaque section portant sur une scène. Les jeunes invités à reprendre la scène pourraient en effet jouer un scénario négatif, et alors l'animateur et l'animatrice devront intervenir.
- Notez que les variations proposées à chaque scène aident à comprendre le type de violence et à se préparer à la discussion et que ces variations ne seront pas jouées.
- Il est recommandé de respecter le choix du sexe attribué aux personnages dans les scènes. Par contre, il est possible de les modifier. Toutefois, il demeure important que les deux sexes soient représentés comme personne vivant du contrôle et en faisant subir.

## LISTE DES DROITS

### Rencontre 2

#### **Scène 1 : Le contrôle par les insultes**

*Le droit d'exiger du respect*

*Le droit de ne pas être dévalorisé-e ou insulté-e*

#### **Scène 2 : L'influence**

*Le droit d'avoir des goûts et opinions différents l'un de l'autre*

#### **Scène 3 : Le contrôle par les pressions sexuelles**

*Le droit de nommer ses désirs sur le plan sexuel*

*Le droit de ne pas vouloir aller plus loin, de poser ses limites au plan sexuel*

*Le droit de ne pas être obligé d'avoir des activités sexuelles*

#### **Scène 4 : Le contrôle par l'agression sexuelle**

*Le droit de changer d'idée lors d'un échange sexuel*

#### **Scène 5 : Le contrôle par l'agression sexuelle sous l'influence de l'alcool**

*Voir les droits de la scène 3*

#### **Scène 6 : Le contrôle par les atteintes à la réputation**

*Le droit de ne pas voir ce qui a été vécu ou révélé dans des moments intimes se transformer en rumeur*

## ANIMATION RENCONTRE 2

Les scènes

## SCÈNE 1

### LE CONTRÔLE PAR LES INSULTES

*Noémie attend... et regarde sa montre régulièrement en soupirant... Elle répond au téléphone...*

Noémie : Allô Anna. Oui, oui, ça marche comme prévu... J'attends Olivier... Je ne sais pas ce qu'il fait ! Il me semble que là, il exagère, on s'était dit à 19 h. Bon, c'est lui, à plus tard... *Noémie raccroche.*

*Olivier arrive stressé...*

Olivier : Excuse-moi chérie, je le sais, je suis en retard...

*Noémie coupe la parole à Olivier et monte le ton.*

Noémie : Sais-tu depuis combien de temps je perds mon temps ici à t'attendre ?

Olivier : Je suis vraiment désolé, je ne sais pas quoi te dire...

Noémie : Tu peux bien être désolé, tu es toujours en retard, c'est tout le temps comme ça avec toi. (*ton exaspéré*) Tu es tellement stupide ! Tu n'es pas capable de regarder ta montre ?

Olivier : Franchement Noémie...

Noémie : Tu ne comprends rien, comme d'habitude...

Olivier : Ben là...

Noémie : On n'a pas le temps de discuter...

Ensuite commence la discussion.

## ANIMATION DE LA DISCUSSION

### Scène 1 : Le contrôle par les insultes

**Objectif :** Prendre conscience du fait que les insultes sont destructrices dans une relation amoureuse.

#### Types de contrôle :

- Psychologique
- Insultes

#### Droits :

- D'exiger du respect
- De ne pas être dévalorisé-e ou insulté-e

#### Variations de la scène :

- Pour des jeunes adultes : La situation peut être l'assemblage d'un meuble à monter menant à un échange d'insultes.
- Insultes faites envers les personnes chères à la personne victime (sœur, mère, copine, etc.).

#### Messages à laisser :

- Les insultes représentent une forme de violence. Ce n'est pas une façon utile de communiquer dans un couple.
- À force d'être insultée, une personne peut finir par croire qu'elle ne vaut pas grand-chose, surtout quand ces insultes sont faites par son amoureux ou son amoureuse en qui elle a confiance et qui la connaît très bien.
- Il faut agir envers les autres avec respect et on devrait exiger le même traitement à notre égard.

**Messages connexes :**

- On peut ressentir de la colère ou déplorer le comportement de l'autre, mais il y a des façons inacceptables de l'exprimer.
- Même si les insultes sont banalisées et utilisées comme un réflexe dans l'ensemble des relations interpersonnelles, se faire rabaisser régulièrement ne peut être positif. C'est un processus dévalorisant.
- Ce n'est pas à la personne insultée de régler le problème en évitant les situations qui choquent son amoureux ou amoureuse.
- Un lien plus intime ne justifie pas le recours aux insultes.

**Réactions possibles des jeunes :**

On souligne la banalité des insultes :

- « On dit ça tout l'temps, à tout l'monde... »
- « Tout est dans le ton. On ne prend pas tout pour une insulte. »
- « Mon petit ami est comme ça, il est colérique, ce n'est pas de sa faute. »

**Notes à l'équipe d'animation :**

- Il est important de ne pas centrer la discussion sur le contexte, mais sur l'insulte.
- Il ne faut pas valoriser les insultes comme étant de la franchise.
- Il est à noter que certaines insultes peuvent se présenter sous la forme d'un surnom négatif.
- Si les personnages ont été inversés dans la scène, il est nécessaire de le faire aussi pour la formulation des questions.

**Questions suggérées pour animer la discussion :**

- Qu'est-ce que vous pensez de la scène ?
- Est-ce que cette situation est acceptable ? Pourquoi ?
- Quel message Noémie envoie à Olivier ?

- Comment se sent-on lorsqu'on reçoit un message comme cela ?
- Si cela arrive régulièrement, que peut-il se passer ?
- Peut-on réussir à ne plus se laisser atteindre par les insultes, à se faire une carapace? Si je vous dis que j'ai une carapace, pourquoi m'en suis-je fait une ?
- Peut-on recevoir longtemps des messages de ce type et s'y habituer ou finit-on par le croire ?
- Si l'on dit que c'est inacceptable, cela signifie-t-il que l'on ne peut se mettre en colère ?
- Faut-il éviter les sujets qui provoquent l'autre ?
- Que peut-on répondre à une personne qui nous insulte (Réponses possibles : « Je n'accepte pas que tu m'insultes. » « Quand tu me parles comme ça, ça me fait beaucoup plus de peine que tu le penses. ») ?
- Se faire insulter arrive-t-il aux garçons et aux filles ?
- S'ils sont en couple depuis longtemps, est-ce que c'est acceptable ?
- Voyez-vous des façons acceptables d'exprimer la colère ? La critique ? (Réponses possibles : « Dire ce qu'on ressent. » « Critiquer le geste, pas la personne. »)
- Est-ce que certains surnoms laissent sous-entendre un message négatif (ma petite tortue = lent) ?
- Est-il acceptable d'utiliser des surnoms négatifs en couple ?
- Comment pourrait-on rendre la situation positive ?

### **Scène positive à faire jouer par deux élèves :**

#### **À considérer :**

- Il faut que la personne mécontente s'exprime en « Je » et qu'elle utilise un ton non accusateur.
- Elle doit s'exprimer à partir de ses émotions.
- Elle doit parler du comportement et non de la personne.

**À éviter :**

- Il ne faut pas omettre d'en parler.
- Il ne faut pas bouder.
- Il ne faut pas utiliser l'humour sarcastique.
- Il ne doit pas y avoir de transfert de contrôle. (Ex. : Critiquer la personne.)

**SCÈNE 2****L'INFLUENCE**

*Noémie et Olivier sont assis rapprochés et consultent le même journal.*

Olivier : Quel film tu as envie de voir toi ?

Noémie : J'y pense... Peut-être qu'un bon film d'action avec tout plein d'effets spéciaux pourrait me tenter. Toi ?

Olivier : Moi j'ai envie de rire, je préférerais une comédie. Tiens, il y en a justement une nouvelle qui vient de sortir...

Noémie : Ce genre d'humour-là ne me fait pas rire moi... Si on allait voir un film d'amour ? Il y en a un que je voulais voir depuis longtemps...

Olivier : Je ne me sens pas trop dans un état d'esprit pour un film comme ça... Si on allait voir une comédie qui nous ferait rire tous les deux... ou un bon film d'horreur ?

Noémie : Finalement, je crois que j'ai vraiment envie de regarder quelque chose de sérieux ce soir.

Olivier : ...

Ensuite commence la discussion.

## ANIMATION DE LA DISCUSSION

### Scène 2 : L'influence

#### Objectifs :

- Distinguer les comportements abusifs de ceux qui ne le sont pas.
- Comprendre que l'expression de divergence d'opinion n'est pas de la violence lorsqu'elle se fait dans le respect.

**Type de contrôle :** Aucun, c'est un échange.

**Droit :** D'avoir des goûts et opinions différents l'un de l'autre

#### Variations de la scène :

Variation négative : Dénigrer les goûts de l'autre. Exemple : « C'est niais comme film, encore la même histoire simpliste, un autre scénario facile. » Il y a alors violence psychologique, ce qu'on ne veut pas illustrer ici.

#### Messages à laisser :

- On a le droit d'avoir des goûts différents de ceux de la personne que l'on aime, mais on ne peut les lui imposer. Il faut discuter souvent. La discussion est donc un processus « normal » dans une relation de couple, et des conflits peuvent se produire sans qu'il n'y ait de violence.
- Il est inacceptable que le pouvoir que donne l'argent soit un moyen de contrôler l'autre.

#### Messages connexes :

- Il est malsain que ce soit toujours la même personne qui prenne les décisions dans un couple. Cela peut sembler utile pour celui ou celle qui les prend, mais il existe des désavantages : l'autre finira par perdre confiance en son jugement ou par être malheureux.
- Il peut être difficile d'exprimer ses choix, mais c'est un cadeau qu'on se fait.
- Il est raisonnable de nommer ses choix. La séduction ou un lien d'affection ne passe pas par la négation de ses choix.

- La demande de l'autre pour l'accompagner dans une activité peut se révéler essentielle à ses yeux et on doit la prendre en considération en essayant de comprendre pourquoi notre présence est importante (pour le soutien qu'on lui procure, notre aide, etc.). Par exemple, l'autre peut demander qu'on l'accompagne au salon funéraire et expliquer pourquoi c'est important pour elle ou lui.

### **Réactions possibles des jeunes :**

- « Si c'est le garçon qui paye, c'est lui qui décide quel film on va voir. »
- « C'est facile de régler une situation comme celle-ci. »

### **Notes à l'équipe d'animation :**

- On tient à illustrer une scène non violente.
- Il n'y a pas de reprise de scène positive pour cette scène.
- Si les personnages ont été inversés dans la scène, il est nécessaire de le faire aussi pour la formulation des questions.

### **Questions suggérées pour animer la discussion :**

- Qu'est-ce que vous avez pensé de la scène ?
- Pourquoi est-ce acceptable ?
- Comment règle-t-on une situation comme celle-là ?
- Est-ce que ça se passe toujours bien ?
- De façon générale, y a-t-il un ou une partenaire qui décide plus que l'autre ou est-ce partagé ?
- Qu'arrive-t-il lorsqu'on nie ses goûts (ne pas dire son choix ou laisser l'autre décider) ?
- À quel moment la situation deviendrait-elle inacceptable ?
- Qu'arrive-t-il quand c'est toujours la même personne qui décide ?
- Le fait de payer la sortie donne-t-il le droit de décider de la sortie ?

- Pensez-vous que cela puisse être une façon de contrôler les activités de l'autre que de toujours payer pour lui ou pour elle ?
- Comment peut-on arriver à se respecter dans une telle situation ?
- Avez-vous déjà été en relation avec une personne qui pensait toujours comme vous ? Comment avez-vous trouvé cela ?
- Est-ce qu'il y a des situations où c'est plus difficile de trouver une entente ?
- Faut-il éviter les sujets qui provoquent l'autre ?

La scène n'est pas rejouée.

### SCÈNE 3

#### LE CONTRÔLE PAR LES PRESSIONS SEXUELLES

*Olivier et Noémie écoutent un film, ils sont seuls.*

Noémie : Il est vraiment bon le film !

Olivier : Moi je ne suis pas capable de me concentrer sur la télévision.

Noémie : Pourquoi donc ?

Olivier : C'est toi qui me déconcentre, j'ai tellement envie de te faire l'amour.

Noémie : (*mal à l'aise*) : Heu, moi je n'en ai pas vraiment envie en ce moment.

Olivier : Laisse-toi aller, tu vas voir que cela va être bon.

Noémie : Non, cela ne me tente pas, je ne me sens pas très à l'aise.

Olivier : Comment ça ? Pour une fois que tes parents ne sont pas là, on devrait en profiter. Est-ce que tu m'aimes vraiment ?

Noémie : Oui je t'aime, ce n'est pas ça.

Olivier : C'est quoi d'abord ?

Noémie : (*silence de malaise*)

Olivier : La soirée va être belle... (*ton sarcastique*)

Ensuite commence la discussion.

## ANIMATION DE LA DISCUSSION

### Scène 3 : Le contrôle par les pressions sexuelles

**Objectif :** Mettre en évidence la coercition (le contrôle) possible dans la sexualité et l'importance d'exprimer clairement ses limites.

#### Type de violence :

- Violence sexuelle
- Pressions sexuelles verbales, coercition sexuelle verbale

#### Droits :

- De nommer ses désirs sur le plan sexuel
- De ne pas vouloir aller plus loin, de poser ses limites

**Variations de la scène :** aucune proposition

#### Messages à laisser :

- On a le droit de dire non.
- On a le droit de ne pas vouloir certaines caresses ou actes sexuels ou encore de refuser une relation sexuelle complète. On peut avoir l'impression que tout le monde a des contacts sexuels très tôt (dès le début de la relation amoureuse ou à un très jeune âge), mais c'est faux.
- Une personne a le droit de faire connaître ses désirs de nature sexuelle à l'autre, mais elle ne devrait pas y mettre de pression.
- « Avoir envie de » n'équivaut pas à « avoir le droit d'exiger que ».

#### Messages connexes :

- Il est important de ne pas se mettre soi-même de pression pour poser des actes sexuels qu'on ne veut pas.
- On a souvent l'impression que la sexualité est un phénomène un peu magique : on n'a pas besoin de parler, on se fie aux apparences ou aux indices que l'on perçoit

chez l'autre (sa façon de nous regarder, de s'habiller ou de danser, etc.) et on décide que la personne consent à des caresses. C'est de cette façon que peuvent survenir de graves erreurs de jugement sur les intentions de l'autre. Il faut donc toujours vérifier ce que l'autre en pense et le ou la respecter.

- Une relation sexuelle, c'est avant tout une relation entre deux personnes, le partage d'un moment intime important axé sur le plaisir et le respect de chacun et chacune.

### **Réactions possibles des jeunes :**

- Il leur est difficile d'admettre que des garçons peuvent se retrouver dans ce genre de situation, c'est-à-dire victimes de pressions trop grandes en matière de sexualité.
- Plusieurs jeunes trouvent difficile d'exprimer à l'autre leurs désirs de nature sexuelle.

### **Notes à l'équipe d'animation :**

- Le stéréotype de l'homme qui est toujours prêt à avoir des relations sexuelles et qui ne refuse en aucun cas les avances d'une autre personne doit être abordé par l'équipe d'animation.
- Il peut être parfois intimidant de parler de sexualité, mais il est important de prendre soin de nommer les vrais mots et termes reliés à la sexualité.
- Si les personnages ont été inversés dans la scène, il est nécessaire de le faire aussi pour la formulation des questions.

### **Questions suggérées pour animer la discussion :**

- Comment avez-vous trouvé la scène ?
- Est-ce qu'on peut se permettre de mentionner à l'autre qu'on éprouve du désir sexuel ?
- Est-ce qu'on a le droit de refuser ?
- Dans la scène, à partir de quel moment est-ce devenu inacceptable ?
- Pourquoi est-ce inacceptable ?
- Comment peut se sentir la personne qui vit une telle pression ?

- Peut-on céder sans vraiment vouloir ?
- Quels en sont les impacts possibles ?
- D'après vous, utilise-t-on souvent la pression ?
- Qui met de la pression ?
- Est-il vrai que les garçons veulent toujours aller plus loin sexuellement ?
- Est-ce qu'il arrive que les filles mettent de la pression ? Comment se sent la personne qui subit cette pression ?
- Si un garçon sort avec une fille qui a déjà eu des relations sexuelles, se peut-il qu'il croie qu'elle va automatiquement en vouloir avec lui ?
- Un garçon pourrait-il vivre une situation de ce genre ?
- Cela peut-il arriver autant aux garçons qu'aux filles ?
- Avez-vous déjà entendu dire que « non » veut dire « oui » ? Qu'en pensez-vous ? (Mythe : un garçon n'a pas à écouter le refus d'une fille.)
- Est-ce qu'il arrive que l'autre ait l'air correct parce qu'il cesse lors d'un refus, mais qu'il boude par la suite ?
- Que pensez-vous de cette attitude ?
- Comment pourrait-on rendre la situation positive ?

### **Scène positive à faire jouer par deux élèves :**

#### **À considérer :**

- Il faut que le partenaire qui a du désir l'exprime clairement.
- Il faut qu'il respecte le refus de l'autre.
- L'autre doit exprimer clairement sa limite.

#### **À éviter :**

- Il ne faut pas mettre de pression d'aucune manière.
- Il ne faut pas faire sentir l'autre coupable de son refus.
- Il ne doit pas y avoir de transfert de contrôle.

## SCÈNE 4

### LE CONTRÔLE PAR L'AGRESSION SEXUELLE

#### Format : Visualisation

*Un seul animateur ou une seule animatrice lit la scène après avoir demandé de se préparer à une visualisation (fermer les yeux, position confortable, porter attention).*

Vous êtes seul avec la personne de vos rêves.

Il y a longtemps que vous attendez ce moment.

Vous avez passé une superbe soirée.

La complicité s'est installée, vous vous sentez vraiment bien.

Les yeux de l'autre brillent de passion.

Vous commencez à vous embrasser doucement...

À vous enlacer tendrement...

À vous caresser.

Le désir monte.

Puis, vous enlevez vos vêtements.

Toujours à l'aise, vous continuez de vous caresser.

L'autre vous regarde et vous dit : « Je ne veux pas aller plus loin... »

Ensuite commence la discussion.

## ANIMATION DE LA DISCUSSION

### Scène 4 : Le contrôle par l'agression sexuelle

#### Objectif :

Reconnaître l'agression sexuelle (une relation sexuelle sans le consentement mutuel des partenaires) comme inacceptable, et cela peu importe le comportement antérieur de la victime et sa relation avec la personne qui commet l'agression.

#### Type de violence : Sexuelle

La scène n'étant pas complète, on peut supposer différents dénouements : pressions verbales ou exercice de contrainte physique pour avoir une relation sexuelle sans le consentement, etc.

#### Droits :

- De changer d'idée
- De ne pas être obligé d'avoir des activités sexuelles

#### Variations de la scène : aucune proposition

#### Messages à laisser :

- On a toujours le droit de changer d'idée, même dans une situation comme celle-là. Ce n'est pas parce que l'on a déjà eu envie d'avoir une relation sexuelle avec quelqu'un qu'on est obligé d'en avoir une. On a le droit de changer d'idée jusqu'à la dernière minute, et si l'autre ne respecte pas notre refus, il s'agit alors d'une agression sexuelle.
- L'agression sexuelle est un crime au Québec et peut avoir de graves conséquences sur la vie d'une personne.

#### Messages connexes :

- Des partenaires sexuels doivent communiquer et se dire les vraies choses : quels sont leurs désirs, leurs sensations, etc., et ce, même si ces partenaires se connaissent peu ou si c'est intimidant. La télépathie n'existe pas dans les relations sexuelles : avoir une relation sexuelle avec une personne, c'est assez important pour en parler.

Il faut vérifier *en paroles* si l'autre consent, plutôt que de se fier à ce que l'on a « décodé » dans son comportement.

- On peut ressentir de la déception face au refus, mais on ne doit pas la transformer en ressentiment en traitant mal l'autre.
- Une personne aura souvent l'impression, si son ou sa partenaire est excité sexuellement, qu'elle est obligée d'aller jusqu'au bout de l'acte sexuel. Elle se sentira coupable devant la frustration de l'autre, et responsable si elle est agressée sexuellement. Pourtant, on a le droit de vouloir se caresser et s'embrasser sans aller jusqu'au bout de la relation sexuelle.
- Ce n'est pas vrai qu'un garçon excité sexuellement n'est pas capable d'arrêter. Un garçon, même très excité, est biologiquement et psychologiquement capable de se contrôler.
- Sortir avec quelqu'un ne veut pas dire qu'on lui appartient. Peu importe avec qui on est, si on ne veut pas, on ne veut pas. Si l'autre continue, c'est une agression sexuelle. Il faut savoir que la majorité des *viols*, contrairement à ce que l'on pense, sont commis par une personne que la victime connaît : son petit ami, son ex, un ami d'école, le copain de son frère, etc.
- Il est important de se respecter soi-même et de ne pas accepter des choses qu'on ne veut pas faire pour plaire, faire plaisir, ou « par amour » pour l'autre.

### Information pour l'équipe d'animation :

Le terme « viol » n'est plus employé dans le *Code criminel canadien* depuis 1985. Maintenant, en droit canadien, on parle plutôt d'agression sexuelle, ce qui englobe un éventail plus large de comportements. La violence sexuelle est un concept encore plus large et comprend des actes que la société réproouve, mais que le code criminel n'a pas intégré à sa définition.

Pour plus de détails avant d'animer, lire la section « Informations pour l'équipe d'animation » sur la loi sur l'agression sexuelle au Canada portant sur la définition, le consentement et l'âge du consentement.

Une définition nous ayant inspirés est celle du Gouvernement du Québec, tirée des Orientations gouvernementales en matière d'agression sexuelle (2001).

« Une agression sexuelle est un geste à caractère sexuel, avec ou sans contact physique, commis par un individu sans le consentement de la personne visée ou, dans certains cas, notamment dans celui des enfants, par une manipulation affective ou

par du chantage. Il s'agit d'un acte visant à assujettir une autre personne à ses propres désirs par un abus de pouvoir, par l'utilisation de la force ou de la contrainte, ou sous la menace implicite ou explicite. Une agression sexuelle porte atteinte aux droits fondamentaux, notamment à l'intégrité physique et psychologique et à la sécurité de la personne. » (p. 22)

Dans le concept de violence sexuelle, qui est plus vaste que celui d'agression sexuelle, on ajoute certains éléments, comme par exemple forcer un-e partenaire à reprendre des positions sexuelles vues dans des films pornographiques, refuser de porter le condom, etc.

La violence sexuelle peut donc prendre la forme de relations sexuelles sans le consentement de la ou du partenaire, d'attouchements sexuels non désirés ou d'activités sexuelles humiliantes accomplies de force. La personne qui agresse use souvent de manipulation, de contrainte, ou menace de le faire, afin que la personne qui subit la violence se soumette.

### **Réactions possibles des jeunes :**

Les opinions concernant ce qu'est une agression sexuelle sont partagées :

- « Elle ne pourra pas porter plainte puisque c'est son petit ami. »
- « Si c'est ton petit ami, c'est moins grave. »
- « C'est sa faute. Il/Elle avait dit oui au début. Si t'allumes quelqu'un... »
- « C'est une fille qui provoque, une agace... »
- « La personne a couru après son problème. »
- D'autres y verront une agression sexuelle.

D'autres excuseront la personne qui exerce les pressions :

- « La personne n'avait qu'à pas aller à cet endroit, elle savait bien ce que l'autre voulait. »
- « C'est difficile et frustrant d'arrêter quand t'es dans le feu de l'action. »
- « La personne avait juste à ne pas s'engager dans la relation sexuelle si elle ne voulait pas continuer. »

- « C'est une allumeuse, elle n'avait qu'à ne pas se rendre aussi loin. Elle aurait du lui dire qu'elle n'en avait pas envie avant de se rendre jusque-là. »

### Notes à l'équipe d'animation :

- Il n'y a pas de reprise de scène positive pour cette situation. Il est donc important de terminer en rappelant un message positif.
- Il est important de dire que peu importe la situation ou le contexte, forcer l'autre à avoir une relation sexuelle est une agression sexuelle.

### Questions suggérées pour animer la discussion :

- Comment avez-vous trouvé la visualisation ?
- Comment vous sentez-vous ?
- Qu'est-ce qui est inacceptable ?
- Si la personne continue, qu'arrive-t-il ?
- Qu'est-ce qu'une relation sexuelle ? Est-ce qu'on peut vivre des moments d'intimité sans se rendre jusqu'à la pénétration ?
- Qu'est ce qu'une agression sexuelle pour vous ?
- Est-il possible qu'un gars soit agressé sexuellement ?
- Peut-on être agressé sexuellement par son petit ami ou sa petite amie ?
- Est-ce un crime ?
- Que fait-on si cela arrive ?
- Peut-il arriver que la victime soit responsable de l'agression sexuelle (Non) ?
- Même si on avait promis d'avoir une relation sexuelle, est-ce qu'on a le droit de changer d'idée ?
- Est-ce que les attentes des deux partenaires peuvent être différentes ?
- Pourquoi est-ce que la personne ne voudrait pas aller plus loin (Pas de moyens de contraception, pas prête, mal à l'aise, voulait seulement échanger des caresses, etc.) ?
- La personne qui est agressée sexuellement par son ou sa partenaire peut-elle porter plainte ?

- Est-il facile de parler de nos désirs, de nos attentes et de nos limites ?
- Comment une victime d'agression sexuelle peut-elle se sentir ? Quelles sont les conséquences pour la victime d'agression sexuelle ?
- Quelle est la meilleure réaction à avoir lorsqu'une personne ne veut pas aller plus loin (Arrêter et se montrer empathique avec l'autre.) ?
- Y a-t-il un moment dans une relation sexuelle où on ne peut plus arrêter ?
- Si je consens à avoir une relation sexuelle avec mon ou ma partenaire, est-ce que je dois accepter tout ce qu'il ou qu'elle me demande ?

**Il n'y a pas de reprise de scène positive.**

## SCÈNE 5

### LE CONTRÔLE PAR L'AGRESSION SEXUELLE SOUS L'INFLUENCE DE L'ALCOOL

#### Format : Visualisation

*Un seul animateur ou une seule animatrice lit la scène après avoir demandé de se préparer à une visualisation (fermer les yeux, position confortable, attention).*

Vendredi soir, Olivier va voir Noémie en lui nommant son désir d'avoir une relation sexuelle avec elle.

Elle refuse clairement.

Olivier semble comprendre et n'insiste pas.

Tout au long de la soirée, Olivier ramène poliment des verres de boisson alcoolisée à Noémie. Il se dit à lui-même qu'elle sera sûrement plus chaleureuse après avoir bu quelques verres et qu'elle ne pourra plus résister à son charme.

Plus tard, quand il constate qu'elle est étourdie par l'alcool, Olivier recommence ses avances auprès de Noémie et celle-ci finit par céder.

Ensuite commence la discussion.

## ANIMATION DE LA DISCUSSION

### Scène 5 : Le contrôle par l'agression sexuelle sous l'influence de l'alcool

**Objectif :** Démystifier l'alcool comme excuse à l'agression sexuelle

**Type de contrôle :** Agression sexuelle.

- Utiliser drogue ou alcool pour obtenir un acte sexuel sans le consentement de l'autre

**Droit :**

- De nommer ses désirs sur le plan sexuel
- De ne pas vouloir aller plus loin, de poser ses limites au plan sexuel
- De ne pas être obligé d'avoir des activités sexuelles

**Variations de la scène :** Lors d'une soirée bien arrosée, une personne qui profite de l'état d'ébriété d'une autre pour avoir des faveurs sexuelles.

**Messages à laisser :**

- Peu importe les circonstances, une victime n'est pas responsable d'une agression sexuelle. Une victime sous l'influence de l'alcool ou de la drogue n'est pas responsable du comportement abusif de l'autre.
- Il est inacceptable et même illégal de saouler ou de droguer quelqu'un pour en abuser sexuellement.
- L'agresseur ne peut excuser son comportement abusif par sa propre consommation de drogue ou d'alcool.
- La loi canadienne donne des balises claires sur le consentement dans le but de protéger des personnes. C'est une responsabilité mutuelle. Il faut donc se parler pour bien comprendre nos attentes respectives.

**Messages connexes :** aucune proposition

### Réactions possibles des jeunes :

- « Elle n'avait qu'à ne pas boire autant, elle est responsable de ce qui lui arrive. »
- « Elle doit bien se douter que le gars qui lui offre à boire a son idée derrière la tête, elle ne devrait pas accepter si elle ne veut pas avoir des activités sexuelles avec lui. »

### Notes à l'équipe d'animation :

- Les trois droits ont déjà été mentionnés dans les autres scènes et n'auront pas à être écrits au tableau.
- Ne pas inverser les personnages pour cette scène. Ce type d'agression sexuelle est le plus souvent exercé par un garçon. Il arrive que certaines filles le fassent, mais très exceptionnellement selon les enquêtes auprès des adolescents. Dans les autres scènes de violence sexuelle, il est plus adapté de modifier le sexe de l'agresseur.
- Il n'y a pas de reprise de scène positive. Il est donc important de terminer en rappelant un message positif.

### Questions suggérées pour animer la discussion :

- Comment avez-vous trouvé la situation ?
- La situation est-elle plus acceptable :
  - si c'est uniquement le garçon qui a bu ?
  - si c'est uniquement la fille qui a bu ?
  - si les deux ont bu ?
- Un agresseur qui est sous l'influence de l'alcool ou de la drogue est-il quand même responsable d'une agression sexuelle ?
- Est-ce qu'il arrive que des gens consomment de l'alcool ou de la drogue pour vaincre leur timidité ? Qu'est-ce qui peut arriver ? Où est la limite ?
- Qu'est-ce qu'on fait quand on n'est pas certain que l'autre est en état de donner son consentement ?

**Il n'y a pas de reprise de scène positive.**

## SCÈNE 6

### LE CONTRÔLE PAR LES ATTEINTES À LA RÉPUTATION

#### Format : Jeu collectif

Le jeu collectif consiste à créer une courte scène dans laquelle seront impliqués les élèves. Ce jeu permet de les faire participer au déclenchement d'une rumeur à propos d'un des deux personnages de la rencontre.

La scène commence par une brève explication faite aux élèves sur les développements dans la situation de couple entre Olivier et Noémie. Ceux-ci ont rompu.

Ensuite, Noémie répand une rumeur sur Olivier. Elle se promène dans la classe et chuchote à quelques élèves que Olivier n'a jamais accepté d'avoir de relation sexuelle avec elle.

Pendant ce temps, Olivier se positionne dos au groupe et attend que la scène soit terminée avant de prendre la parole. Cette position permet d'illustrer aux jeunes que le tout se passe dans son dos et qu'il n'est pas témoin des échanges verbaux à son sujet.

Ensuite commence la discussion.

## ANIMATION DE LA DISCUSSION

### Scène 6 : Le contrôle par les atteintes à la réputation

**Objectif :** Déceler la vengeance et le contrôle sous-jacents aux atteintes à la réputation.

#### Type de violence :

- Psychologique
- Rumeur, atteintes à la réputation

#### Droits :

- De ne pas voir ce qui a été vécu ou révélé dans des moments intimes se transformer en rumeur.

**Variations de la scène :** La cyber-intimidation, les rumeurs sur Internet

#### Messages à laisser :

- Les atteintes à la réputation d'une personne ne sont jamais acceptables. En lançant une rumeur, on nuit à l'autre et on abuse de la confiance que cette personne a ou avait en nous.
- Il est important de respecter l'intimité que l'on a connue avec un ou une autre partenaire.
- Les gens qui participent à une rumeur sont aussi responsables que la personne qui l'a démarrée et devraient contribuer à la faire cesser. Chacun ou chacune peut contribuer à faire cesser une rumeur en décidant de ne pas y croire, de ne pas s'en préoccuper et de ne pas la répéter.

#### Messages connexes :

- Pour contribuer à faire cesser une rumeur démarrée, il peut être possible de la régler entre les deux personnes intéressées (celle qui a lancé la rumeur et celle qui en est l'objet) si cela ne met pas la victime en danger. La personne blessée peut exiger de l'autre personne qu'elle corrige ce qu'elle a dit.
- Il est important de faire attention de ne pas réagir sur le coup de l'émotion ou

de la colère et de démarrer une rumeur qu'on pourrait regretter. Une fois qu'une rumeur est démarrée, on n'a pas de contrôle sur comment elle se transforme et se répand. (Ex. : Internet, messages textes, etc.)

### **Réactions possibles des jeunes :**

- « C'est plus jeune que ça se passe, à l'école primaire, en première et en deuxième secondaire ou dans d'autres écoles. »
- « Si quelqu'un part une rumeur à mon sujet, je peux en *partir* une sur lui pour me défendre. » (C'est une solution à ne pas encourager.)
- Des jeunes peuvent en profiter pour confirmer la réputation qu'a une personne précise dans la classe ou la « gang » : « Comme une telle, c'est vrai qu'elle ne couche pas. Une vraie sainte. »
- On reprend alors les messages : la rumeur n'est pas nécessairement vraie et, de toute façon, un contact sexuel devrait se passer lorsqu'on se sent prêt ou prête. On réinvite les jeunes à respecter la règle de ne pas nommer de personne.
- « C'est pas grave, tout le monde fait ça. »
- « Même si je ne participe pas à la rumeur, les autres le feront et cela reviendra au même. Personnellement, je n'ai pas de pouvoir là-dessus. »

### **Notes à l'équipe d'animation :**

- Il se peut que le sujet proposé dans l'activité de la rumeur suscite des réactions qui font dévier la discussion du thème de la rumeur.
- Le fait que les jeunes participent lors de l'activité à répandre réellement la rumeur en classe les amène à comprendre la force de celle-ci. Cet exercice stimule la curiosité des jeunes et montre le rôle du témoin.
- Il n'y a pas de reprise de scène positive pour cette situation. Il est donc important de terminer en rappelant un message positif.
- Les rumeurs ou les réputations sont habituellement des déformations mensongères de la réalité. La version des faits ou des mensonges qui circule de bouche à oreille change souvent.
- Les rumeurs sont souvent liées à la sexualité. Pour les filles, cela semble toujours négatif (elle ne marche pas et ne consent pas à des actes sexuels ou elle marche trop et c'est une traînée, etc.). Des garçons peuvent aussi être victimes d'une réputation

soulignant leur inexpérience. Par contre, celui qui a des activités sexuelles avec plusieurs personnes risque d'être étiqueté comme « profiteur », mais sa popularité peut aussi grandir dans le groupe. Il existe également des rumeurs dévalorisantes concernant la taille des organes génitaux masculins.

- Si les personnages ont été inversés dans la scène, il est nécessaire de le faire aussi pour la formulation des questions.

### Questions suggérées pour animer la discussion :

- Qu'est-ce que vous pensez de cette situation ?
- Pourquoi est-ce inacceptable ?
- Est-ce que cela existe, des rumeurs ?
- Pourquoi lance-t-on une rumeur ?
- Pourquoi participe-t-on à répandre une rumeur ?
- Comment cela se règle-t-il ?
- Quels sont les impacts possibles sur la personne qui fait l'objet de la rumeur ?
- Si vous entendez parler d'une rumeur au sujet d'une personne que vous ne connaissez pas, en tenez-vous compte ?
- Que peut-on faire lorsqu'une personne nous fait part d'une rumeur ? (Réponses possibles : « Ne pas croire tout ce qui est dit puisque la réalité est souvent déformée. » « Dire à cette personne qu'en faisant circuler ces propos, elle contribue à nuire à la réputation de l'autre. » « Lui dire qu'une bonne part de ce qu'elle rapporte est probablement faux. » « Informer la victime de la rumeur, de ce qui est dit à son sujet et l'aider à trouver des moyens de régler le problème. » « Surtout de ne pas la répéter. »)
- Que pensez-vous de la rumeur : « Il est dangereux » ?
- Y a-t-il des situations où cela vaut la peine de vérifier ? (Note : il est possible que des jeunes veuillent souligner aux autres le danger de se tenir avec une personne violente.)
- Comment procédez-vous alors ?

- Les rumeurs sur Internet : Que tirez-vous de la présente discussion pour prévenir et réagir face aux rumeurs pouvant vous concerner sur Internet ?
- Est-ce que les rumeurs existent autant dans les groupes de filles que de garçons ?

**Il n'y a pas de reprise de scène positive.**

## **LA CONCLUSION DE LA DEUXIÈME RENCONTRE**

Nous vous avons présenté six situations de couple dans lesquelles deux partenaires amoureux avaient à exprimer leurs droits et à respecter ceux de l'autre tout en montrant de la sollicitude l'un envers l'autre. (Répéter les droits pour chaque situation.)

Vous connaissez probablement aussi d'autres droits qui n'ont pas été abordés et qu'il est important de respecter pour vivre une relation égalitaire.

### **Les risques et les avantages à vivre des relations égalitaires**

On peut parfois craindre d'exercer nos droits au sein de notre couple (demander aux jeunes ce qu'ils pensent de cela) et redouter que l'autre ne se fâche ou que la relation ne se termine. La peur de perdre l'autre peut faire en sorte que l'on accepte de faire des choses qui nous semblent incorrectes ou avec lesquelles on ne se sent pas bien. On peut aussi avoir peur de ce que l'autre pense. En ce qui a trait à la sexualité, par exemple, lorsqu'on dit non, on peut appréhender que l'autre nous juge comme une personne coincée. Une fille peut avoir peur de passer pour une allumeuse. Les garçons aussi peuvent craindre d'être ridiculisés. Enfin, on peut avoir peur de décevoir la « gang », d'être rejetée ou rejeté.

Avec tous les risques que l'on vient de nommer, il est facile de comprendre pourquoi plusieurs acceptent que des abus soient commis à leur égard. (On demande ensuite aux élèves de réfléchir aux avantages de faire valoir ses droits.)

Lorsque, dans un couple, chaque partenaire respecte les droits de l'autre, leur relation peut être décrite comme étant égalitaire. (Question : « Quels avantages voyez-vous à ce genre de relation ? » On complète ensuite les idées exprimées.) Ainsi, on peut discuter avec l'autre, lui préciser nos opinions, nos valeurs et nos attentes; la communication franche, directe, d'égal à égal est possible; le rythme et les choix de chaque partenaire sont respectés et les deux personnes peuvent développer librement leur potentiel. Chacun et chacune s'en portera mieux et la vie à deux sera plus facile et plus épanouissante.

### **La rupture amoureuse**

Comme nous l'avons vu plus tôt dans le document, parfois, lorsqu'une relation n'est pas égalitaire ou que des difficultés surviennent ou persistent, la rupture est la solution la plus saine.

On ne peut pas changer l'autre contre son gré, même avec de la patience. Les comportements contrôlant, violents et irrespectueux appartiennent à la personne qui les commet, non à la personne qui les subit.

Le sujet de la rupture amoureuse est donc important à aborder avec les jeunes. Souvent, les jeunes voient la rupture amoureuse comme un échec et sont prêts à demeurer dans des relations malsaines afin d'éviter de vivre une rupture.

#### **Note à l'équipe d'animation :**

Si le temps le permet, il est utile d'ouvrir une discussion avec les jeunes sur ce sujet. Si le temps manque, il est possible de simplement nommer les messages principaux aux jeunes...

#### **Messages à laisser :**

- La rupture amoureuse peut être une étape difficile pour les deux partenaires.
- La rupture amoureuse n'est pas un échec personnel, mais plutôt une avancée dans sa propre vie, une occasion d'affirmer le respect de soi-même.
- Personne n'est obligé de rester dans un couple.
- Il est possible de rompre de manière respectueuse et humaine.

### **Questions suggérées pour animer la discussion : (Si le temps le permet)**

- Comment percevez-vous la rupture amoureuse ?
- Est-ce une défaite ? Une victoire ? Un geste banal ?
- Est-ce facile de rompre avec quelqu'un ?
- Une rupture amoureuse, est-ce plus facile pour la personne qui laisse ou pour celle qui est laissée ?
- À quel moment peut-on être certain que la meilleure solution est de laisser notre partenaire ?
- À quel moment avons-nous le droit de rompre avec quelqu'un ?
- Est-ce qu'il existe des moments où il est inacceptable de rompre avec quelqu'un ?
- Est-il possible de tout régler dans un couple ?
- Par amour pour l'autre, dois-je endurer ce que je considère comme inacceptable ? Jusqu'où dois-je attendre avant de laisser l'autre ?
- Est-ce qu'il y a des façons de rompre sans faire de peine à l'autre ? De rompre de manière parfaite ?
- Quelle est la meilleure manière de rompre avec quelqu'un (respect...) ?
- Si l'autre personne dit vouloir changer les attitudes et faits qui me dérangent, qu'elle est prête à tout pour que notre couple fonctionne, dois-je le croire ? Suis-je obligé d'essayer de poursuivre la relation dans ce cas ?

### **Note à l'équipe d'animation : le rôle des jeunes comme aidant ou confident**

Si vous disposez de temps, vous pouvez aborder le rôle des jeunes comme aidant ou confident d'une victime ou d'une personne qui maltraite sa petite amie ou son petit ami. L'activité supplémentaire « Miser vrai » tirée de PASSAJ vous permet de préciser les gestes à poser afin de contribuer à changer la situation.

## Reprise des messages

### En conclusion de la rencontre, on peut dire que :

- Prendre en considération les droits de chaque personne peut nous aider à juger si notre comportement est respectueux. Un droit, c'est une liberté que l'on a.
- Respecter quelqu'un, c'est éviter de traiter cette personne comme une chose. On peut cacher une chose, l'apporter où on veut et quand on le veut, la prêter, ne pas y faire attention, dire n'importe quoi à son sujet ou faire ce que l'on veut avec elle. Il y a des gens, des adultes, mais aussi plusieurs jeunes, qui traitent leur partenaire intime comme s'il s'agissait d'une chose.
- Lorsque les deux personnes engagées dans une relation sont traitées comme des êtres humains ayant leurs propres droits et besoins, lorsque les deux personnes sont traitées d'égal à égal avec sollicitude, la relation ne peut pas être violente.
- Quelle que soit la situation vécue, il est possible de s'en sortir. Bien des moyens sont disponibles pour retrouver un bien-être.



# LES ACTIVITÉS SUPPLÉMENTAIRES

---

Les lettres

Quiz sur les mythes et réalités

Projet de sensibilisation

Miser vrai

Questionnaire d'évaluation des deux rencontres Viraj

NOTE : Les activités supplémentaires peuvent être utilisées dans d'autres cours (le cours de français, par exemple) ou lors d'activités. Elles ne doivent pas remplacer une rencontre.

## LES LETTRES OU COURRIELS

**Durée :** deux versions (60 minutes ou 120 minutes).

### **Objectifs :**

- Apprendre à identifier des indices de contrôle.
- Relever certains mythes véhiculés dans un contexte de fréquentation.
- Acquérir des habiletés à communiquer avec une ou un jeune qui vit du contrôle ou qui en fait vivre.
- Appliquer les notions apprises dans le programme ViRAJ.

**Message à laisser :** On peut être une personne de confiance pour quelqu'un qui vit ou fait subir du contrôle.

### **Matériel requis :**

- Photocopies des textes
- Papier et crayon pour les jeunes
- Tableau et craies pour la mise en commun

### **Procédure :**

Les élèves sont divisés en équipes de quatre. Chaque équipe reçoit une des huit lettres ou courriels de l'exercice. Il y a également possibilité de n'utiliser que la première lettre, qui reflète la situation la plus courante.

L'exercice est divisé en deux parties.

### **Consignes :**

Les animateurs ou les animatrices expliquent aux élèves :

Aujourd'hui, vous venez de trouver une lettre ou un courriel par terre et vous n'avez pu vous empêcher de la lire, bien qu'elle ne vous ait pas été adressée. Cette lettre est écrite par un jeune qui vit des problèmes dans sa relation de couple. Évidemment,

vous vous sentez très concerné étant donné que ViRAJ vous a sensibilisé à ce sujet. Vous décidez donc de répondre à la personne même si vous ne la connaissez pas. Votre réponse doit être utile à la personne qui a écrit la lettre.

Avant de rédiger votre réponse, vous devez repérer dans la lettre :

- les motifs de la lettre;
- les formes de contrôle;
- les droits qui sont brimés dans la relation;
- les mythes ou les conceptions erronées de l'amour;
- les émotions que vous sentez chez les deux partenaires.

Lorsque vous avez terminé, vous pouvez commencer à échanger vos idées avec vos camarades sur les éléments de réponse qui aideront l'auteur ou l'auteure de la lettre en vous servant des notions apprises dans le programme ViRAJ. Vous pouvez vous partager le travail d'écriture afin que tout le monde participe. (À cette étape-ci, les élèves doivent relever les éléments de réponse et non écrire la lettre.)

La première partie de l'exercice prend 60 minutes et constitue la première version.

Par la suite, pour la seconde partie, deux façons de procéder sont proposées :

1. Chaque équipe ou chaque élève écrit une réponse à l'auteur ou à l'auteure de la lettre. Cela peut constituer un travail remis à l'enseignant ou à l'enseignante qui pourra l'évaluer. Quelques lettres prises au hasard pourront être lues à voix haute par l'enseignant ou l'enseignante ou encore par un animateur ou une animatrice à la fin de la séance.

2. On procède à une mise en commun des réponses des différentes équipes. Une personne lira à voix haute la première lettre. L'équipe ou les équipes ayant travaillé sur cette version donnent leurs réponses aux cinq points soumis à leur attention. On procède ainsi pour chacune des versions. Ensuite, les différentes équipes doivent fournir les éléments de réponse pour la lettre.

Le temps alloué est de 60 minutes, quelle que soit la procédure choisie.

## TEXTE 1

Bonjour Rosalie,

Je t'écris car je ne sais plus quoi faire. Tu as été ma meilleure amie pendant dix ans et je te fais entièrement confiance. Aujourd'hui, j'ai besoin de tes conseils, même si tu n'es plus ma voisine, malheureusement.

Voilà. Je t'explique mon problème. Au début de l'année scolaire, j'ai fait la connaissance d'un garçon pour qui j'ai le béguin depuis plusieurs mois. Tu te souviens du grand garçon dans mon cours de mathématiques qui a les cheveux bruns? Je t'en avais parlé. Il m'a enfin remarquée. On a commencé à se fréquenter au mois de septembre. Il s'appelle Justin, il est tellement beau! J'ai toujours été un peu gênée avec lui parce qu'il me semble que je suis ordinaire physiquement pour être avec un si beau mec. En tout cas, je suis très fière quand même qu'il m'ait choisie, moi, au lieu des autres filles.

Au début, ça allait assez bien. On sortait souvent prendre des marches ensemble le soir quand il faisait beau. Nous avons commencé à aller régulièrement chez ses amis à lui. Les miens, il les trouvait trop jeunes et un peu immatures. Il me disait que c'était pas le genre de personnes qu'il aimait fréquenter et que si je voulais le voir, il fallait le prendre avec ses amis à lui. Je ne voyais pas d'inconvénients, parce que je me disais que je verrais mes amis à l'école ou de temps en temps chez moi ou ailleurs. Mais là, Justin ne veut plus que je voie mes amis. Il dit qu'ils n'ont pas une bonne influence sur moi et que je deviens immature à mon tour quand je suis avec eux. Il vient même me chercher après la classe pour être sûr que je ne vais pas avec eux. L'autre jour, il m'a surpris à parler avec Antoine, le frère de Véronique, et il a été tellement en colère qu'il m'a serré le bras très fort et m'a emmenée ailleurs. J'étais très surprise et je lui ai dit qu'il me faisait mal. Sais-tu qu'est-ce qu'il m'a répondu? Il m'a dit : « C'est de ta faute. Tu avais juste à ne pas parler avec Antoine. Quand tu es en couple avec moi, tu n'as pas à parler avec d'autres garçons. C'est insultant pour moi. Alors essaie de comprendre et de ne pas recommencer. » Évidemment, tu imagines que je ne recommencerai plus! Au moins, il s'est calmé depuis. Dernièrement, il parle de plus en plus qu'il veut avoir une relation sexuelle avec moi. Il me dit que ça fait assez longtemps que nous sommes ensemble et que c'est naturel qu'on en arrive là. Il dit que lui il ne peut plus attendre. Samedi prochain, il s'est arrangé pour rester seul à la maison, et que si je voulais lui prouver que je l'aime vraiment, c'était le bon moment et la meilleure chose à faire.

Rosalie, je ne sais plus quoi faire! J'imagine que s'il veut avoir une relation sexuelle avec moi, c'est sûrement parce qu'il m'aime, sinon il ne me le demanderait pas! D'un autre côté, je ne me sens pas encore prête pour ça. Qu'est-ce que je dois faire? Je ne veux tellement pas le perdre! Puis, je suis toute mêlée. C'est la première fois que j'ai une relation sérieuse avec un garçon et que je me sens vraiment désirée, mais il me semble que ça ne se passe pas comme je me l'imaginais. J'ai parfois l'impression d'étouffer et je me demande si je suis normale. Qu'est-ce que tu en dis? Réponds-moi vite Rosalie, je t'en prie!

Ton amie désespérée

## TEXTE 2

Bonjour Jacob,

Tu vas trouver ça curieux que je t'écrive, mais j'ai vraiment besoin de parler à quelqu'un. Je t'envoie une lettre pour t'expliquer ce qui m'arrive.

Tu sais, tu me connais, je ne me confie pas souvent, mais là, je me sens pas très bien. Commençons par le début.

Il y a deux mois, j'ai rencontré une fille à la fête de Marie-Ève. Elle s'appelle Fanny, et ça a été le coup de foudre dès le départ. Nous avons passé la soirée à parler ensemble et nous nous sommes même embrassés avant de se quitter. Depuis ce temps-là, nous sommes ensemble. Tu sais, moi, quand quelqu'un me plaît, je peux tout lui donner. Fanny, elle doit me plaire beaucoup parce que je lui en donne pas mal! Tout d'abord, au début, tu sais, ça me faisait vraiment plaisir de l'aider à faire ses devoirs, parce que moi, j'ai beaucoup de facilité, et j'aime ça aider les autres. Alors durant les deux premières semaines, j'allais l'aider le lundi et le jeudi. Mais maintenant, j'y vais tous les soirs. Elle me dit que c'est mieux comme cela, car si je veux sortir avec elle la fin de semaine, je dois l'aider dans ses travaux. Parfois, c'est même moi qui fais tous ses devoirs! L'autre jour, je voulais aller voir un film. Elle a trouvé que c'était une bonne idée, mais il a fallu que ce soit elle qui décide du film. Ce n'est pas la première fois que ça arrive. Si je ne plie pas, c'est l'enfer! Elle se met alors en colère.

De plus, ce genre de situation n'arrive pas seulement lorsque nous sommes seuls. Samedi dernier, nous étions au restaurant tous les deux lorsque mes amis sont arrivés. Ils se sont joints à nous. Elle n'arrêtait pas de dire au beau Francis, tu sais celui qui fait craquer toutes les filles, que contrairement à lui, j'étais un mec coincé. Tout le monde s'est mis à rire. En sortant du restaurant, j'ai dit à Fanny que je n'avais pas du tout aimé qu'elle dise ces choses à mon sujet. Elle m'a répondu : « C'est juste une blague, ne le prends pas de cette façon. Tu es peut-être performant dans tes résultats scolaires, mais laisse-moi te dire que tu n'es pas le meilleur dans l'intimité. Tu aurais avantage à y travailler. » Ensuite, elle a voulu qu'on s'organise une soirée avec mes amis samedi prochain, comme si de rien n'était. Il me semble qu'il y a quelque chose d'étrange...

En tout cas, je ne me sens pas très bien là-dedans, je trouve ça compliqué d'être avec Fanny, je ne me sens pas à la hauteur avec elle, mais je m'en fais peut-être aussi pour rien. Aide-moi à voir clair, je n'y comprends rien, mais elle me plaît vraiment cette fille-là.

Ton grand ami

### TEXTE 3

Salut Jeremy,

Tu ne sais pas ce qui m'arrive? J'ai une histoire incroyable à te raconter.

Est-ce que tu te souviens de la belle Anna? La fille qui habite près de chez Sylvain. Je t'avais dit que je la trouvais très jolie. Nous formons désormais un couple! Malheureusement, c'est une fille compliquée et coincée.

Pour elle, il n'y a que ses amies qui compte et ce sont des filles très ennuyantes qui ne connaissent rien de la vie. Quand je suis en couple avec une fille, c'est elle qui m'intéresse et pas ses amies. Pour elle, il faut toujours que j'accepte de voir ses amies. Elles sont vraiment moches et pas intéressantes. J'ai tenté à plusieurs reprises de lui expliquer qu'elle n'a pas besoin de les voir puisque maintenant nous sommes en couple. Mais elle me dit qu'elle a le droit de voir ses amies et que cela ne l'empêche pas de me voir moi aussi. Elle ne comprend rien, comme si elle pouvait s'intéresser à tout le monde en même temps!

Elle est toujours en train d'organiser des activités d'école, et moi, ça m'énerve de passer en deuxième. Moi, je ne suis pas impliqué dans plusieurs comités comme elle, elle n'a pas à s'engager partout comme ça. Nous faisons des activités le samedi et parfois le mercredi, mais ce n'est pas suffisant pour moi. Et qu'est-ce qui se passe quand je ne suis pas avec elle? Peut-être qu'elle drague les autres garçons? Si tu voyais comment elle s'habille parfois, elle est tellement sexy... Mais ça, c'est une fausse image, parce qu'elle est coincée. Tu ne la touches pas où tu veux, parce que madame ne veut pas. En tout cas, ce n'est pas parce que je n'ai pas essayé! Au début, je lui disais que ça serait agréable si... et elle disait qu'elle préférerait s'en tenir aux caresses pour le moment. Mais tu sais toi comment sont les filles? Elles disent non mais au fond, elles veulent bien... Mais Anna n'est pas comme les autres. Elle s'est mise à me tenir des propos sur l'agression sexuelle. Aïe, une agression sexuelle! Je suis son copain, non? J'ai voulu m'affirmer et je lui ai dit que si elle voulait être ma copine, il fallait qu'on aille un minimum de contacts physiques ensemble. Elle s'est alors levée et a dit : « Bon, alors au revoir, puisque tu ne veux plus qu'on soit ensemble. Si tu changes d'idée, tu me rappelleras, et on en discutera. »

Elle est frigide cette fille-là. J'ai failli lui téléphoner pour m'excuser, mais ce n'est pas à moi de m'excuser, c'est à elle, qu'est-ce que tu en penses? Elle s'arrange pour que je sois accroché à elle. On appelle ça une allumeuse, mon homme. Alors fais en sorte que tout le monde soit informé, et ne te laisse pas prendre à son jeu. Il se pourrait qu'elle tente de te séduire. Est-ce qu'il t'est déjà arrivé une histoire semblable?

Ton ami de longue date

## TEXTE 4

Bonjour Florence,

Ah! Les gars! Ils sont susceptibles! Surtout un en particulier. Tu dois savoir de qui je parle... Il faut que je te raconte ça.

Tu sais, je sors avec Antoine depuis un bon bout de temps. Je l'ai toujours trouvé un peu difficile, mais il a des bons côtés. Un gars avec une auto, ça a l'avantage de coûter moins cher en taxi et en autobus. Ne prends pas les nerfs, je sais que tu n'as jamais été d'accord avec ça. Moi je me dis que les filles, on s'est fait assez écraser par le passé, alors on peut bien en profiter un peu.

Bon. Il est arrivé quelque chose dernièrement. Antoine, d'habitude, quand je lui disais que je voulais aller ici ou là, il me reconduisait, sans problème. Oh, je sais que ça ne lui tentait pas toujours, mais il disait oui. La semaine passée, il a commencé à être un peu moins pressé. Ça doit être encore sa sœur qui lui a monté la tête! Elle se mêle toujours de nos affaires cette grande girafe-là. Ça fait plusieurs fois aussi que je lui dis à Antoine qu'elle n'est pas normale sa sœur! En tout cas. Alors vendredi, je lui demande de me reconduire chez le dentiste pour trois heures. Il me répond que sa voiture commence à lui coûter pas mal cher d'essence à cause de moi, et qu'il pense ne plus avoir le temps de me reconduire tout le temps comme ça partout. Eh! Partout! Il exagère! Il avait l'air survolté quand il a dit ça. Franchement, je suis sa copine, il n'a pas d'affaire à se mettre en colère comme ça. En dedans de moi, je me suis dit que c'était ennuyeux, parce que je venais juste de dire à Mélanie qu'il irait la reconduire chez elle en passant. J'avais l'air de quoi là ?

Le lendemain, c'était samedi, et il y avait une soirée chez Caroline. Alors comme de raison, il vient me chercher. Pour faire une farce, je lui demande combien je vais lui devoir pour le taxi. Il me dit : « Tu n'as rien compris. J'ai juste l'impression que tu abuses de moi. Es-tu capable de me dire franchement ce que tu ressens pour moi? » Je te le dis, c'est sa sœur, je suis certaine! J'étais assez mal. Ça reste comme ça; mais chez Caroline, il ne me suivait plus comme il faisait d'habitude. Il restait loin, il parlait avec d'autres. Des fois, il me regardait. Ça me dérangeait de le voir comme ça. Puis, tout à coup, Mélanie arrive et elle me dit : « Tu as perdu ton chien de poche! » J'étais sur les nerfs alors je lui ai répondu que c'était pas une grande perte et que c'est moi qui l'avais voulu. Antoine avait tout entendu! C'était une blague de ma part, c'est bien évident, mais il s'est retourné et je ne l'ai plus vu de la soirée. Je ne pensais pas qu'il était susceptible à ce point!

Présentement, cela fait une semaine, et j'en ai pas eu de nouvelles depuis. J'étais certaine qu'il me rappellerait, mais non. Dis-moi, Florence, qu'est-ce que tu ferais à ma place? On dirait que plus ça va, plus il empire. Même s'il n'est pas facile parfois, il y a quelque chose qui me retient à lui. Penses-tu que j'ai raison de vouloir continuer à sortir avec un gars comme ça? Écris-moi vite pour me dire ce que tu en penses.

Ton amie toute mêlée

## TEXTE 5

Salut,

Je t'écris car j'ai besoin de tes précieux conseils. Je suis avec mon amoureux depuis déjà un an et demi et depuis quelque temps il est devenu plus distant avec moi. À vrai dire, il est de plus en plus, comment dire, agressif avec moi. Il me bouscule souvent et me crie des noms qui me font très mal et ça me blesse. Ça m'est arrivé d'en avoir assez et de le laisser car je ne pouvais plus endurer la situation. Mais il me rappelait en pleurant et en me jurant qu'il ne recommencerait plus jamais. Il me disait qu'il s'en voulait énormément de faire du mal à la fille qu'il aime le plus au monde et qu'il ne se pardonnerait pas d'avoir fait le con et de m'avoir perdue. Alors à chaque fois, je succombe à ses belles paroles en me disant que personne ne m'a jamais autant aimé. Ça fait que je retourne avec lui et que finalement tout recommence à mal aller, il redevient agressif avec moi. J'aimerais avoir des trucs car je l'aime très fort et j'aimerais rester avec lui. Je sais qu'il est un bon gars au fond mais je n'aime pas quand il devient violent avec moi.

D'une fille qui a vraiment besoin d'aide.

## TEXTE 6

Allô,

Ce n'est pas facile ce que j'ai à dire mais j'ai tellement besoin de conseils. J'ai un copain depuis quelques mois que j'aime à la folie. Il est beau et il est tellement gentil avec moi. Lorsque nous avons commencé à sortir ensemble, il m'a demandé de faire l'amour avec lui. Mais je n'étais vraiment pas prête à le faire et je lui ai dit que je voulais attendre un peu. Il a été très respectueux et il m'a dit qu'il n'y avait pas de problème, qu'il n'était pas pressé même s'il me trouvait très jolie. Mais voilà que depuis quelques temps, il me redemande souvent si je suis finalement prête à avoir une relation sexuelle avec lui. Il dit qu'il me trouve très excitante et qu'il a de la difficulté à retenir ses envies sexuelles et dit à la blague qu'un jour il va craquer, que tous ses amis ont des relations sexuelles avec leurs copines et qu'il est le seul à ne pas en avoir. Il me questionne sur les raisons qui font que je ne me sens pas prête et dit que de toute façon je ne me sentirai jamais prête et qu'il faut que je me jette à l'eau, que je suis trop craintive. Mais j'ai tellement peur, je ne sais pas quoi faire. D'un côté je ne veux pas le perdre car je l'aime tellement, et de l'autre je ne me sens vraiment pas prête à faire l'amour avec lui. Qu'est-ce que je dois faire? Y a-t-il des trucs pour apprendre à me sentir prête? Est-ce que mon amoureux a raison quand il dit que je ne me sentirai jamais prête?

Merci d'avance...

## TEXTE 7

Je vis quelque chose de particulier ces temps-ci et j'ai besoin de conseils. Ma copine, que j'adore, fait souvent des remarques désobligeantes envers mes amies de fille. Je suis un gars qui a beaucoup d'amis en général, que ce soit des amis de gars ou de fille. Quand j'ai commencé à sortir avec elle, tout allait très bien. Je sortais de temps en temps avec mes amies et cela ne semblait pas la déranger. Elle me questionnait sur mes amies, elle voulait savoir si j'avais des sentiments pour elles et s'il s'était déjà passé des choses avec elles. Je comprenais ses questionnements et je voulais la rassurer. Je lui ai donc proposé de venir avec moi et mes amies lors de nos sorties. Elle venait, mais elle n'était pas comme d'habitude, elle était plus distante et je la sentais méfiante envers mes amies. Un soir, après que nous ayons vu mes amies, elle s'est mise à me questionner davantage sur mes relations avec elles. Elle me disait que j'étais très proche d'une d'entre elles et elle était convaincue que j'avais des sentiments pour cette fille-là. Elle m'en voulait de passer du temps avec cette amie et même elle m'accusait de trop penser à elle. Elle se mettait à pleurer en disant que j'allais la laisser pour cette fille-là. Je lui disais que je ne veux pas lui faire de peine, mais que j'apprécie mes amies. J'ai tenté de lui expliquer tout ça du mieux que je pouvais. Finalement, elle m'a demandé de ne plus voir cette amie et de ne pas aller dans des activités avec mes autres amies au cas où elle serait là. Que si je l'aime vraiment, je n'ai pas à me sentir déchiré, que le choix est clair. Mais je ne sais plus quoi faire, je l'aime vraiment cette fille-là et je ne veux pas la perdre, mais je ne veux pas perdre mes amies non plus.

Que dois-je faire?

## TEXTE 8

J'en ai assez de subir les pressions pour faire un striptease. Tous les samedis, on se rencontre en groupe, on danse, on fume, on s'amuse quoi. Mais ils ont lancé l'idée du concours de la fille la plus sexy. Ça a commencé par des décolletés pas possibles et des danses X. Et bien moi, je trouve cela niaiseux. Plusieurs copines se sont mises à faire la star du porno et les gars se rincent l'œil. Je n'en reviens encore pas de ce que j'ai pu voir. Je pensais que Walter, mon amoureux jusqu'à aujourd'hui, m'appuierait quand j'ai dit au groupe d'amis qu'on pouvait passer à autre chose. Je suis découragée... il a pris pour les amis et m'a traitée devant tout le monde de fille coincée et d'intellectuelle. Je me sens de plus en plus inconfortable dans ce groupe et il ne le comprend pas. Je commence à être nerveuse juste à penser à ces soirées. Et Walter compte continuer à y aller. Suis-je trop exigeante? Est-ce que je suis tout simplement jalouse comme ma copine Éloïse me le dit? Elle qui était prête à me passer un article sur les secrets du « Striptease à qui personne ne résiste ». Mais enfin, y a-t-il une autre personne comme moi qui ne veut rien savoir?

Signée par une sentimentale

## QUIZ SUR LES MYTHES ET RÉALITÉS

### LISTE DES MYTHES ET DES RÉALITÉS

#### Instructions :

- Imprimer la feuille réponse pour les élèves.
- Faire un retour en classe sur les mythes et réalités à la suite de l'activité.

#### **1. Une personne commet une agression sexuelle parce qu'elle ne peut pas s'empêcher de satisfaire un besoin sexuel.**

Réponse : Faux.

L'agression sexuelle est un acte de violence et d'agression, il a pour but de dominer, de contrôler et d'humilier la victime.

#### **2. La jalousie est une preuve d'amour, c'est une preuve que l'on tient à l'autre.**

Réponse : Faux.

Être jaloux ou jalouse signifie que l'on sent la relation menacée et que l'on craint de ne pas se montrer à la hauteur. La jalousie peut aussi être un signe que l'on considère l'autre comme étant notre possession. Elle devient alors un prétexte pour contrôler l'autre.

#### **3. La violence psychologique précède la violence physique.**

Réponse : Vrai.

La violence physique est toujours précédée ou accompagnée de violence psychologique. Cette dernière se révèle plus difficile à détecter, mais les conséquences s'avèrent aussi graves sinon plus pour la victime, car le contrôle s'exerce de façon beaucoup plus subtile.

#### **4. La plupart des viols sont commis par une personne que la victime connaît.**

Réponse : Vrai.

En effet, l'agression sexuelle n'est habituellement pas commise par un inconnu qui se

précipite sur une personne qui passe. La majorité des femmes agressées sexuellement connaissent l'agresseur et il arrive souvent que l'agression sexuelle soit commise au cours d'une sortie.

**5. L'agresseur est le seul responsable de l'agression sexuelle qu'il a commise : la victime n'a pas à se sentir coupable.**

Réponse : Vrai.

La victime est la personne qui souffrira dans son corps, dans son âme, et qui verra sa vie changée. Ce n'est pas parce qu'elle est sortie avec un partenaire violent qu'elle devient responsable des gestes de l'autre. L'agresseur a le choix de se contrôler. Il est donc responsable de l'agression sexuelle.

**6. Lorsqu'une fille fait en sorte qu'un garçon soit sexuellement excité, elle doit également faire en sorte qu'il soit sexuellement satisfait.**

Réponse : Faux.

Personne n'est obligé d'avoir des relations sexuelles simplement parce qu'une autre personne est sexuellement excitée. Chacun et chacune a le contrôle de son propre corps.

**7. Les personnes violentes dans leur relation amoureuse ne viennent pas nécessairement d'un type particulier de classe sociale.**

Réponse : Vrai.

Les personnes violentes sont issues de toutes les classes sociales : riches, pauvres, instruites, non instruites, citadines, campagnardes, immigrantes, citoyennes du pays, etc.

**8. Si une personne poursuit une relation où il y a de la violence, c'est que les actes abusifs ne doivent pas être si graves.**

Réponse : Faux.

Les personnes peuvent poursuivre une relation où il y a de la violence pour plusieurs raisons : la peur, la confusion, la dépendance (pour les femmes adultes, la dépendance financière), la perte de confiance en soi, la difficulté à détecter l'abus, l'espoir que l'autre va changer...

## QUESTIONNAIRE VIRAJ

### MYTHES ET RÉALITÉS

Âge : \_\_\_\_\_  
Groupe : \_\_\_\_\_

Garçon  Fille   
Classe : \_\_\_\_\_

Indique si tu es en accord ou en désaccord avec les énoncés suivants :

	Vrai	Faux
<b>1. Une personne commet une agression sexuelle parce qu'elle ne peut pas s'empêcher de satisfaire un besoin sexuel.</b>		
<b>2. La jalousie est une preuve d'amour, c'est une preuve que l'on tient à l'autre.</b>		
<b>3. La violence psychologique précède la violence physique.</b>		
<b>4. La plupart des viols sont commis par une personne que la victime connaît.</b>		
<b>5. L'agresseur est le seul responsable de l'agression sexuelle qu'il a commise : la victime n'a pas à se sentir coupable.</b>		
<b>6. Lorsqu'une fille fait en sorte qu'un garçon soit sexuellement excité, elle doit également faire en sorte qu'il soit sexuellement satisfait.</b>		
<b>7. Les personnes violentes dans leur relation amoureuse ne viennent pas nécessairement d'un type particulier de classe sociale.</b>		
<b>8. Si une personne poursuit une relation où il y a de la violence, c'est que les actes abusifs ne doivent pas être si graves.</b>		

## PROJET DE SENSIBILISATION

Nous invitons fortement les milieux scolaires et les organismes pour jeunes à organiser un concours dans leur milieu visant la production de matériel de sensibilisation à la violence dans les relations amoureuses chez les jeunes.

### Objectif du projet :

Sensibiliser les jeunes à l'importance d'entretenir des relations égalitaires, afin de contrer la violence dans les relations amoureuses.

### Déroulement :

Chaque groupe intéressé devra présenter un concept (affiches, pièce de théâtre, outil de sensibilisation, etc.) à un comité composé de personnes-ressources dans le milieu scolaire. Il est également recommandé que des jeunes du milieu puissent siéger à ce comité. Par la suite, le milieu retient les concepts répondant à l'objectif du projet et s'appuyant sur certains critères.

### Critères d'évaluation des projets :

Ces divers points sont suggérés :

- Originalité du projet (innovation)
- Viabilité dans le temps (échancier)
- Coûts rattachés au projet
- Faisabilité du projet
- Respect du thème
- Qualité du français

À la suite de cette sélection, les candidatures retenues peuvent s'activer à la réalisation de leur projet. À ce moment, le milieu pourrait, selon les ressources disponibles, soutenir financièrement ou matériellement les projets en cours. Cette implication peut se justifier par le fait que c'est l'ensemble de l'organisation qui pourra bénéficier des retombées du ou des projets.

## **Calendrier suggéré :**

### **Semestre d'automne :**

- Annonce du concours
- Évaluation des projets
- Annonce des projets retenus

### **Semestre d'hiver :**

- Réalisation des projets

Le lancement du ou des projets retenus pourrait bien avoir lieu lors de la journée internationale contre la violence faite aux femmes, qui est le 25 novembre.

### **Admissibilité au concours :**

- Être un élève de l'école
- Minimum 3 personnes par équipe

Comme vous pouvez le constater, ce projet développe l'entrepreneuriat, la créativité et le leadership.

## MISER VRAI

### Comment aider une personne victime ou agresseur

#### La stratégie du MISER VRAI

#### Tiré de PASSAJ (2007)

Auteurs : Lavoie, Pacaud, Roy et Lebossé.

Expliquez aux élèves que le concept MISER VRAI est en fait un guide pour permettre aux personnes liées à la personne victime ou à la personne qui a commis l'agression de recevoir ses confidences et de lui apporter une aide efficace. En agissant ainsi, les personnes témoins contribuent activement à lutter contre la violence dans les relations amoureuses en brisant le silence qui entoure trop souvent cette réalité.

**Note** : Précisez ici qu'il s'agit du comportement attendu des personnes témoins et non pas de la personne qui subit la violence.

#### Consignes à l'animateur :

Écrivez au tableau la colonne de gauche. Commentez à l'aide de ce qui est écrit dans la colonne de droite. Lors de certaines scènes des rencontres 1 ou 2, vous pourrez ajouter ce type de discussion ou encore, lors d'une rencontre additionnelle, vous pourrez aborder ce qu'on peut faire pour aider nos amis ou nos amies.

#### Instructions :

Imaginez qu'un ami ou une amie se confie à vous et vous parle d'un problème de violence. Comment réagissez-vous ?

1. Si la personne abuse ?
2. Si la personne est victime ?

ÉCRIVEZ AU TABLEAU LA COLONNE DE GAUCHE. COMMENTEZ À L'AIDE DE CE QUI EST ÉCRIT DANS LA COLONNE DE DROITE.

ÉCRIRE  
MISER...VRAI

DIRE

**M** Dire les vrais **mots** sur ce qu'il ou elle vit.

**I** Dénoncer **l'inacceptable.**

**S** Dire que l'on se fait du **souci** pour elle ou pour lui.

**E** **Écouter** l'autre.

**R** **Rester** disponible.

VRAI

**M** Aider l'autre à mettre des **mots.**

**I** Affirmer clairement que la violence est **inacceptable.**  
(Attention : ne pas utiliser des paroles ou des comportements violents pour dénoncer la violence)

**S** Montrer son **inquiétude** quant à la situation et aux conséquences qu'elle peut avoir sur la personne victime ou la personne qui commet l'agression.

**E** **Écouter** sans juger. Juger l'acte et non pas la personne.

**R** **Rester** disponible même si la personne victime ou la personne qui commet l'agression n'est pas prête à parler de la situation ou à s'en sortir.

Une solution peut être de l'aider à consulter d'autres personnes-ressources si c'est trop lourd pour celui ou celle qui reçoit les confidences.

© PASSAJ

## QUESTIONNAIRE D'ÉVALUATION des deux rencontres ViRAJ

Fille  Garçon  Âge : \_\_\_\_ Date : \_\_\_\_\_ École : \_\_\_\_\_

### Tes réactions face aux deux rencontres...

1. Écris en 2 à 5 mots ce que tu retiens de plus important des ateliers :

---

2. Encerle la réponse qui correspond le mieux à comment tu te sens face à chacune des phrases suivantes :

- |   |                       |                       |                       |                       |
|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| a) J'ai aimé la première rencontre.       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| b) J'ai aimé la deuxième rencontre.       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| c) J'ai appris sur le sujet du contrôle.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| d) J'ai appris sur les types de violence. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| e) J'étais à l'aise avec les animateurs.  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

3. Comment améliorerais-tu le contenu de la rencontre ?

---



---



---

4. Quels commentaires as-tu à faire concernant les animateurs (leur attitude, leur façon de passer les messages et de partager de l'information avec le groupe) ?

---



---



---

5. Conseillerais-tu à tes amis ou amies de participer à ces activités ? Oui  Non

MERCI !



# INFORMATIONS POUR LES ANIMATEURS

---

Informations juridiques pour l'équipe d'animation  
Les conséquences de la violence  
Références utiles

## **Informations juridiques pour l'équipe d'animation des programmes de prévention de la violence et de promotion des relations égalitaires ViRAJ et PASSAJ**

**F. Lavoie, École de psychologie, Université Laval, mars 2009.**

Note : ces informations sont tirées de la loi canadienne et tiennent compte des récentes modifications à l'âge du consentement. Nous remercions madame Julie Desrosiers, professeure, Faculté de droit, Université Laval, pour sa révision du texte et madame Jacinthe Lemelin, doctorante, UQAM.

Il est rare que des questions précises soient soulevées lors des rencontres de ViRAJ ou de PASSAJ. Mais une bonne connaissance de la loi est un atout pour l'équipe d'animation.

Au besoin, si une question est soulevée et que vous n'avez pas la réponse, vous pouvez dire que vous y reviendrez à la prochaine rencontre ou encore référez-vous au site Internet canadien suivant : [masexualite.ca](http://masexualite.ca), section adolescent (la sexualité et la loi). Site administré par la société des obstétriciens et gynécologues du Canada.

Nous verrons surtout ce que les modifications à la loi impliquent en ce qui concerne le consentement. On sait que l'âge du consentement à une relation sexuelle a été modifié à 16 ans. Voici en premier lieu une définition non juridique tirée du programme PASSAJ sur l'agression sexuelle : L'agression sexuelle, c'est obliger une personne en utilisant la force physique ou la manipulation à avoir une activité sexuelle contre sa volonté ou à subir des actes sexuels non désirés. Il n'est pas nécessaire qu'il y ait un toucher. Des exemples sont les attouchements, fellations, relations sexuelles, et se voir imposer des actes de voyeurisme ou d'exhibitionnisme.

### **Trois conditions essentielles pour être reconnu en mesure de pouvoir donner son consentement**

Il y aurait en résumé trois conditions essentielles pour être reconnu en mesure de pouvoir donner son consentement :

1. Avoir un certain âge, et ce en fonction de l'âge du partenaire, mais ne jamais avoir moins de 11 ans (art. 150.1(2) *C.cr.*);
2. Être capable de former son consentement (état de conscience suffisant);
3. Être libre de refuser en tout temps.

Il est essentiel de s'assurer d'avoir le consentement libre et éclairé de toute personne avec qui l'on veut avoir une relation sexuelle en respectant ces trois conditions, quelle que soit la nature du contact sexuel. Sinon, au Canada, il s'agit d'un acte criminel, indépendamment de l'âge des partenaires.

### **Consentement en fonction de l'âge :**

L'État voulant protéger les jeunes, il a établi des balises claires. Dans le cas des moins de 16 ans, ils sont jugés moins aptes à donner leur consentement de façon indépendante et les balises sont fort précises, quoiqu'elles ne limitent pas entièrement les contacts sexuels. La loi permet donc les contacts sexuels entre jeunes d'âge semblable et les interdit s'il y a une trop grande différence d'âge entre les partenaires, ceci afin qu'un adulte ne puisse profiter d'un jeune. Voilà l'esprit de la loi. Ainsi, entre 14 et 16 ans, les jeunes ne sont pas reconnus comme pouvant donner un consentement, à moins d'avoir une relation avec un pair n'ayant pas plus de 5 ans qu'eux et, entre 12 et 14 ans, pas plus de 2 ans qu'eux. Donc, si un contact sexuel ou incitation à un contact sexuel a lieu en dehors de ces balises, et même si le jeune de moins de 16 ans semble consentir, il n'en demeure pas moins qu'il s'agira, au sens de la loi, d'une agression sexuelle. Dans un cas de poursuite d'un agresseur, le fait que la victime âgée de moins de 16 ans a consenti aux actes à l'origine de l'accusation ne constitue pas un moyen de défense. Il faut porter attention, car d'autres facteurs que l'âge influencent la capacité de donner son consentement.

### **Lorsqu'on a 16 ans ou plus**

La loi dit que seules les personnes de 16 ans et plus sont aptes à donner leur consentement pour avoir une activité sexuelle. Bien sûr, des conditions particulières peuvent limiter cette capacité (déficience, sous l'influence de drogues, dans une relation avec un adulte en autorité, etc.). De plus, la personne doit le faire librement et ne doit pas faire face à des situations où l'autre fait usage de force, de pression ou de menace pour obtenir son consentement.

### **Lorsqu'on a 14 ou 15 ans**

La loi précise les 2 éléments qui permettent à une personne de 14 ou 15 ans d'être reconnue comme pouvant donner son consentement pour avoir une activité sexuelle :

- Son partenaire est de moins de cinq ans l'aîné de la personne (si la personne a 14 ans, le partenaire doit avoir moins de 19 ans, si la personne a 15 ans, le partenaire doit avoir moins de 20 ans).

- Et ce partenaire ne doit pas être en situation d'autorité ou de confiance, ni une personne à l'égard de laquelle le-la jeune est en situation de dépendance, ni une personne qui l'exploite, c'est-à-dire qui a une emprise (prédation sexuelle sur Internet, gang de rue).

Voici des exemples où le consentement n'est pas vu comme pouvant être donné, même si les critères d'âge sont respectés : entraîneur sportif de 19 ans avec fille de 15, monitrice de cours d'appoint de 18 ans avec jeune de 14, propriétaire de restaurant de 19 ans avec serveur de 15.

### **Lorsqu'on a 12 ou 13 ans**

La loi précise également les 2 éléments qui permettent à une personne de 12 ou 13 ans d'être reconnue comme pouvant donner son consentement pour avoir une activité sexuelle :

- Son partenaire est de moins de deux ans l'aîné de la personne (si la personne a 12 ans, le partenaire doit avoir moins de 14 ans, si 13 ans, avoir moins de 15 ans)
- Et ce partenaire ne doit pas être en situation d'autorité ou de confiance, ni une personne à l'égard de laquelle le-la jeune est en situation de dépendance, ni une personne qui l'exploite, c'est-à-dire qui a une emprise (prédation sexuelle sur Internet, gang de rue).

Voici des exemples où le consentement n'est pas vu comme donné, même si les critères d'âge sont respectés : gardien de 13 ans avec fille de 12, monitrice de terrain de jeu de 14 ans avec jeune de 13.

### **Lorsqu'on a 11 ans**

En aucun cas le consentement d'une personne de 11 ans n'est valide. La loi considère qu'un enfant n'a pas les capacités cognitives et affectives de donner un consentement éclairé et le protège fermement des abus.

NOTE : La loi fixe l'âge minimal à 12 ans. Cela signifie qu'un adolescent à la veille de son anniversaire de 12 ans NE PEUT PAS consentir à des contacts sexuels.

### **Consentement nécessitant un état de conscience suffisant**

Être capable de former son consentement nécessite d'avoir un état de conscience suffisant. Une personne qui a des échanges sexuels avec quelqu'un qui a un handicap

mental, ou est sous l'effet de la drogue ou de l'alcool pourrait être accusée d'un acte criminel ou d'infractions d'ordre sexuel, car l'affaiblissement de la conscience de la personne, de sa capacité de juger pourrait être considéré comme une incapacité à donner son consentement.

Attention : Si la personne qui est accusée est elle-même sous l'effet de la drogue ou de l'alcool, l'affaiblissement volontaire de sa conscience ou de sa capacité de juger ne constitue pas un moyen de défense. Elle serait quand même accusée d'avoir commis un acte criminel.

### **Consentement dans un contexte de liberté de refuser en tout temps et en toute sécurité**

Une personne qui a manifesté son accord à des échanges sexuels, mais qui s'est sentie obligée de le faire, peut porter plainte pour agression sexuelle si 1) elle craignait que l'autre n'emploie la force à son égard ou envers quelqu'un d'autre ou 2) si l'activité sexuelle a eu lieu dans un contexte d'autorité ou de pouvoir. De plus, un tiers (autre personne) ne peut consentir pour la personne (ex. : un frère, une mère).

Ce régime particulier affirme que dès le moment où un adolescent de moins de 18 ans se trouve dans une relation d'autorité, de confiance ou d'exploitation avec quelqu'un d'autre, son consentement est invalide. C'est automatique. En termes juridiques, cela veut dire que la Couronne n'a pas besoin de prouver de lien de causalité entre la relation de confiance et le contact sexuel... donc pas besoin de prouver l'ABUS de confiance ou de pouvoir.

### **Et si le jeune qui incite à une activité sexuelle est plus jeune que la présumée victime?**

Par exemple, un jeune de 13 ans qui a une relation avec une fille de 15 ans et demi. À partir du moment où le jeune de 13 ans est en position d'autorité, de confiance ou d'exploitation par rapport à la fille de 15 ans (on pense à sa position au sein d'un gang de rue, par exemple), il sera poursuivi. Il doit cependant avoir au moins douze ans.

## Quiz pour les animateurs

Testez votre compréhension de la loi canadienne quant au consentement à la relation sexuelle.

Indiquez par un Vrai ou un Faux si vous croyez que l’item représente ou non une agression sexuelle au sens de la loi. (Note : Il n’est pas recommandé d’utiliser ceci avec les jeunes. On transforme alors les relations en points techniques. Le quiz est pour les animateurs.)

Il s’agit d’une agression sexuelle si :

	Vrai	Faux
1. Un jeune de 14 ans oblige sa partenaire de 13 ans à lui faire une fellation.		
2. Deux jeunes de 14 et de 11 ans sont d’accord pour se masturber mutuellement.		
3. Une fille de 15 ans sort avec un jeune homme de 20 ans et quelques mois et ils ont une relation sexuelle dans un climat agréable.		
4. Une fille de 15 ans sort avec un jeune homme de 19 ans et ils ont une relation sexuelle dans un climat agréable.		
5. Une fille de 15 ans force son partenaire de 14 ans à avoir une relation sexuelle après lui avoir fait des pressions verbales répétées et des commentaires désobligeants.		
6. Les deux partenaires de 17 ans sont fortement sous l’influence de l’alcool. Ils ont une relation sexuelle sans violence mais sans trop que la fille s’en aperçoive.		
7. Un garçon de 18 et une fille de 19 ans ont de façon consensuelle des relations sexuelles sado-masochistes sans s’infliger de blessures.		
8. Un jeune de 15 ans exhibe clairement ses parties génitales lors d’activités consensuelles dans son groupe de jeunes de 14-15 ans.		
9. Un garçon de 16 ans sort avec une fille de 13 ans et lui fait des caresses aux parties génitales. Elle ne refuse pas.		
10. Une fille de 20 ans exhibe clairement ses parties génitales lors d’activités consensuelles dans son groupe de jeunes en majorité de 14 et de 15 ans.		

Les bonnes réponses sont : 1=V, 2=V, 3=V, 4=F, 5=V, 6=V, 7=F, 8=F, 9=V, 10=V

## Conclusion :

Il est évident que des situations touchant les 12-17 ans, élèves visés par les programmes de prévention ViRAJ et PASSAJ, ne mèneront pas nécessairement à une plainte au criminel pour agression sexuelle, surtout si uniquement la question d'âge peut être invoquée. Pour un jeune, il vaut cependant mieux réfléchir avant de poser un geste sexuel et s'assurer que les 3 conditions d'obtention d'un consentement sont présentes. Il y a toujours, si notre amoureux ou amoureuse est trop jeune, l'option d'attendre car ce serait lui montrer du respect et de la sollicitude.

En complément d'information, prenez connaissance de quelques-uns des articles du Code criminel applicables.<sup>1</sup>

## Généralités :

Toute agression sexuelle consiste fondamentalement en des voies de fait au sens de l'article 265 du Code criminel. L'élément distinctif est que l'agression doit avoir été commise dans des circonstances de nature sexuelle, de manière à porter atteinte à l'intégrité de la victime.

**Le Code criminel canadien** classifie l'agression sexuelle suivant la sévérité et la manière dont elle a été commise :

- **(article 271 : Agression sexuelle simple (niveau 1))** : contacts physiques à caractère sexuel : attouchements, pénétration sans usage de la force ni blessure infligée.
- **(article 272 : Agression sexuelle armée ou infligeant des lésions corporelles (niveau 2))** : contacts physiques à caractère sexuel mais avec un degré de violence accru : agression avec une arme (ou imitation d'arme) ou commise par plusieurs personnes, menaces d'infliger des blessures à la victime ou à d'autres personnes, lésions corporelles occasionnées à la victime.
- **(article 273 : Agression sexuelle grave (niveau 3))** : vise les victimes qui ont été blessées, mutilées, défigurées ou dont la vie a été mise en danger.

L'article 152 du code criminel (auquel s'applique les modifications sur le consentement) : « Toute personne qui, à des fins d'ordre sexuel, invite, engage ou incite un enfant âgé de moins de 16 ans à la toucher, à se toucher ou à toucher un tiers, directement ou indirectement, avec une partie du corps ou avec un objet est coupable ... »

1. Les références légales proviennent du Code criminel à jour en date du 10 décembre 2006, tiré du site Web de Justice Canada le 14 janvier 2007 : <http://laws.justice.gc.ca>. Des modifications ont été faites en 2008.

**Le fait que l'accusé croyait que le plaignant était âgé de 16 ans au moins au moment de la perpétration de l'infraction reprochée ne constitue pas un moyen de défense** contre une accusation portée en vertu des articles 151, 152, des paragraphes 160(3), 173(2), ou des articles 271 à 273 que si l'accusé a pris toutes les mesures raisonnables pour s'assurer de l'âge du plaignant (150.1-4). Il ne peut non plus invoquer l'erreur sur l'âge de l'individu que s'il a pris toutes les mesures raisonnables pour s'assurer de l'âge de celui-ci (150.1-6).

«**Le consentement du plaignant ne se déduit pas**, pour l'application des articles 271, 272 et 273 (agression sexuelle), des cas où :

1. l'accord est manifesté par des paroles ou par le comportement d'un tiers;
2. il est incapable de le former;
3. l'accusé l'incite à l'activité par abus de confiance ou de pouvoir;
4. il manifeste, par ses paroles ou son comportement, l'absence d'accord à l'activité;
5. après avoir consenti à l'activité, il manifeste, par ses paroles ou son comportement, l'absence d'accord à la poursuite de celle-ci (article 273.1(2)).

Sous réserve du paragraphe 265(3) (voies de fait) :

**Ne constitue pas un consentement** le fait pour le plaignant de se soumettre ou de ne pas résister en raison :

1. soit de l'emploi de la force envers le plaignant ou une autre personne;
2. soit des menaces d'emploi de la force ou de la crainte de cet emploi envers le plaignant ou une autre personne;
3. soit de la fraude;
4. soit de l'exercice de l'autorité.

**Ne constitue pas un moyen de défense** contre une accusation fondée sur les articles 271, 272 ou 273 (agression sexuelle) le fait que l'accusé croyait que le plaignant avait consenti à l'activité à l'origine de l'accusation lorsque, selon le cas :

- cette croyance provient :
  1. soit de l'affaiblissement volontaire de ses facultés;
  2. soit de son insouciance ou d'un aveuglement volontaire;
- il n'a pas pris les mesures raisonnables, dans les circonstances dont il avait alors connaissance, pour s'assurer du consentement (article 273.2).

## CONSÉQUENCES DE LA VIOLENCE DANS LES FRÉQUENTATIONS DES ADOLESCENTES

FRANCINE LAVOIE, WALTER CHAVARRIA, CATHERINE LEBOSSÉ (UNIVERSITÉ LAVAL, MARS 2007)

**Note méthodologique :** Les résultats présentés dans les tableaux suivants proviennent de la recension d'une quarantaine de recherches réalisées au cours des dix dernières années et portant sur les conséquences de la violence dans les relations amoureuses à l'adolescence. La majorité des recherches étudiant les conséquences de la victimisation chez les filles, les résultats présentés ne concernent que les filles.

Les tableaux suivants portent sur les conséquences, chez les filles, de la violence vécue dans leurs fréquentations amoureuses. La majorité des recherches recensées se sont penchées sur les victimes de la violence physique, sexuelle, et dans une moindre mesure sur la violence verbale et psychologique. Aucune des études recensées ne traite de manière isolée de la violence psychologique. Par contre, l'une d'entre elles aborde exclusivement les conséquences du harcèlement criminel dans le contexte des relations amoureuses (38).

### Une empreinte indélébile, un risque de revictimisation mais des facteurs de protection qui favorisent la résilience.

Tel que dit Barnett (6) «Violence affects people and changes them forever» (*La violence affecte les personnes et les change à jamais. Traduction libre*). En effet, cette expérience ébranle définitivement des sentiments profonds (sécurité affective, confiance, etc.) en semant le doute, la méfiance et la peur chez la personne qui la subit. La violence vécue dans une relation amoureuse laisse des traces qui modifient irrémédiablement la relation au monde de la personne qui a subi cette violence.

Plusieurs recherches constatent que les personnes victimes de violence dans leurs relations amoureuses à l'adolescence sont plus susceptibles de vivre à nouveau de la violence dans leurs relations intimes à l'âge adulte. On parle alors d'un risque de revictimisation (physique et/ou sexuelle).

**Les conséquences vécues par la victime peuvent être variées, tant qualitativement que quantitativement. L'intensité des symptômes et leur persistance dans le temps sont également variables selon les individus et la nature de la violence subie. Les effets de la violence peuvent être immédiats ou apparaître plus tardivement; ils peuvent être passagers où persister pendant des années. La liste des conséquences est impressionnante, c'est pourquoi il est important de préciser que certains facteurs de protection favorisent la résilience des individus. Telle que définie par Kofkin (26), la résilience, c'est «une adaptation positive malgré une adversité significative (p.230)». En effet, on a pu constater que certains individus, malgré des situations de bouleversement important, arrivent à conserver leur santé, vont bien et paraissent même tirer profit de l'expérience passée. C'est probablement cette résilience qui peut expliquer ce qui suit : «certaines filles rapportent avoir tiré un apprentissage positif malgré la violence, l'événement étant perçu par celles-ci comme un catalyseur pour la connaissance et la croissance de soi» (1).**

Notons que certains comportements psychologiques de dépression, de paranoïa et d'autres symptômes psychiatriques amènent des femmes à être traitées comme ayant des troubles mentaux, alors qu'il s'agit plutôt de réactions normales à une situation anormale de violence. La liste présentée ci-après aborde les différents symptômes comme résultat de la violence. Les listes de symptômes proviennent d'études ponctuelles et sont appuyées par des recherches longitudinales faisant un suivi des conséquences sur plusieurs années.

## RÉPERCUSSIONS SUR LA SANTÉ ET L'INTÉGRITÉ PHYSIQUE, AINSI QUE SUR L'UTILISATION DE SERVICES.

### Conséquences sur l'utilisation de services.

- Les filles abusées ont besoin d'attention médicale ou d'hospitalisation.

### Consommation de substances.

- Abus de substances.
- Consommation plus élevée de cigarettes, alcool, cocaïne et autres substances inhalées que chez les filles qui n'ont pas été abusées (21).
- Consommation excessive (boire jusqu'à se saouler).
- Dépendance aux substances.
- Les filles abusées ont des taux significativement plus élevés de dépendance à la Marijuana que les filles qui n'ont pas été abusées (14).

### Conséquences sur la santé physique.

- Mauvaise perception de leur santé physique.
  - État de santé amoindri en comparaison aux filles qui ne sont pas victimes de violence.
  - Changement dans le poids.
- Gestes portant à conséquences :
- Morsures, blessures, lacérations, coups, coupures, gifles.
  - Coups de pieds dans le ventre.
  - Être tirée par les cheveux dans les escaliers.
  - Étranglements.
  - Torsions inexplicables.
  - Blessures au couteau, avec une arme à feu.

### Traces de l'agression :

- Bleus, marques, égratignures, coupures, traces de coups, lacérations, blessures, enflures et lèvres fendues.
- Morsures (à la langue, à la bouche, etc.).
- Muscles endoloris ou froissés, entorses, blessures au dos.
- Blessures génitales : saignements, organes génitaux irrités ou douloureux.
- Os cassés, articulations déplacées, fractures aux poignets.
- Perte de dents ou dents brisées.
- Blessures à la tête ou au cerveau, perte de conscience, évanouissements et commotion cérébrale.
- Décès.

### Maladies à plus long terme :

- Si on se réfère aux recherches faites auprès d'enfants abusés et de femmes adultes victimes de violence (4;8), on peut penser que des maladies seront associées à ce vécu de violence.
- Douleur pelvienne chronique, symptômes somatiques plus nombreux (problèmes gastro-intestinaux, maux de dos, maux de tête, vertiges, infection vaginale, relation sexuelle douloureuse, infection urinaire, douleurs abdominales), fibromyalgie

**Mauvaise perception de leur santé mentale.**

- Perception élevée de stress.
  - Détresse générale (exemple : symptômes post-traumatiques) ou désespoir.
  - Niveaux faibles de bien-être émotionnel.
  - Difficulté à prendre des décisions.
  - Faible concentration.
- Sentiments et émotions.**
- Expérience de trahison.
  - Expérience de peur.
  - Peur :
    - ... que les autorités ne croient pas en elle.
    - ... du système judiciaire.
    - ... de la médiatisation de sa victimisation.
    - ... des représailles de la part de son agresseur.

- Tristesse.

- Culpabilité.

- Humiliation.

- Abandon.

- Malheur.

- Colère, confusion et embarras.

- Être blessée, surprise ou peinée.

- Être sous le choc ou apeurée.

- Expression de culpabilité sans raison apparente.

- Négation ou minimisation de la violence dans leurs relations, ainsi que de la gravité de leurs conséquences.

**Conséquences somatiques.**

- Problèmes de somatisation dont des troubles du sommeil et des troubles de l'alimentation (boulimie et anorexie).
- Contrôle maladif du poids (utilisation de pilules de diète et de laxatifs).
- Les filles abusées physiquement rapportent se gaver, se purger, vomir, jeûner ou sauter des repas.

**Conséquences sur la perception de soi, l'estime de soi.**

- Perte ou altération de son identité, de ses capacités, de son autonomie.
- Perte de confiance en soi.
- Altération du concept de soi ou de l'image de soi
- Faible estime de soi, mécontentement de soi, ainsi qu'une remise en question de la valeur de soi.
- Sentiment d'être sale, moche.
- Blâme de soi pour avoir utilisé de la drogue avant un viol.
- Blâme de soi en général.

**Attitudes et comportements agressifs.**

- Troubles du comportement : antisociaux et violents.
- Réponses agressives et violentes (par exemple crier, menacer de se venger, attriquer dans le dos).
- Hostilité.

**Conséquences sur les habitudes de vie.**

- Épuisement.
- Perte de motivation et d'énergie.
- Passivité ou non action.
- Perte d'intérêt dans les choses ou les personnes qui, avant, étaient jugées importantes.
- Dysfonctions dans la vie quotidienne.

### **Dépression et symptômes associés.**

- Humeur dépressive, épisodes de pleurs.
- Trouble de dépression majeure.
- Prédicteur de la dépression à l'âge adulte.
- Stress post-traumatique.
- Trouble d'anxiété généralisée.
- Paranoïa.
- Pensées et idées suicidaires.
- 8 à 9 fois plus de tentatives de suicide que chez les filles qui n'ont pas été abusées (36).

- Difficultés à remplir ses rôles sociaux et ses activités quotidiennes.
- Perte du sentiment de sécurité.
- La méfiance peut induire chez les filles de l'hyper vigilance et les amener à prendre des précautions démesurées.
- Évitement.
- Changements majeurs de vie :
  - isolement
  - changement des routines quotidiennes.
- Changement de la tenue vestimentaire ou du maquillage.
- Conduite automobile après consommation d'alcool.

### **Recherche québécoise :**

Une étude de Hébert et al (2006) s'est intéressée aux effets sur la santé mentale du vécu d'abus sexuel dans l'enfance et de violence dans les relations amoureuses d'adolescentes. Voici les principaux constats :

- Les jeunes filles abusées sexuellement dans leur enfance, tout comme les jeunes filles ayant vécu de la violence dans leurs relations amoureuses, présentent davantage de troubles mentaux (limitant les habiletés de la personne au quotidien) que les adolescentes du groupe de comparaison qui ne rapportent aucune expérience de victimisation.
- Les adolescentes qui ont vécu de la violence dans leurs relations amoureuses au cours des 6 derniers mois présentent deux fois plus de problèmes de santé mentale que les adolescentes du groupe de comparaison.
- Les filles qui ont vécu les deux abus, comme enfant puis par leur partenaire amoureux à l'adolescence, présentent un taux deux fois plus élevé que celles qui présentent un seul des deux, et 4 fois plus que les adolescentes du groupe de comparaison.

Source : Hébert, M et al. (soumis 2006) *Cumulative effects of child sexual abuse and dating violence on mental health disorders in a sample of female adolescents.*

## RÉPERCUSSIONS SUR LA SANTÉ SEXUELLE.

### Grossesse.

- Consultation tardive des services prénataux.
- Sabotage du contrôle prénatal, par leur partenaire.
  - Parmi des filles recevant de l'assistance sociale, 66% de celles qui sont violentées rapportent vivre du sabotage dans le contrôle prénatal par leur partenaire en comparaison de 34% chez les non-violentées (10).

### Risque de grossesse :

- Expérience de violence corrélée avec une deuxième grossesse rapprochée (entre 12 et 24 mois après leur première grossesse) (23).
- La violence est associée aussi à des fausses couches et à l'avortement qui est, pour sa part, associé à une grossesse rapprochée.
- Une fille sur huit vivant avec un partenaire violent rapporte avoir vécu de la violence physique durant sa grossesse (40).
- Les filles abusées sexuellement et sans soutien social sont à risque d'avoir des bébés de petit poids.

### Infections Transmissibles Sexuellement (ITS) et VIH-SIDA.

- Crainte du VIH-SIDA et des ITS.
  - 3 fois plus de soumission aux tests de dépistage pour le VIH-SIDA et pour les ITS (13).
- Vulnérabilité aux ITS et au VIH-SIDA.
  - 2,6 fois plus de diagnostics positifs d'ITS que chez les filles non abusées (13).

### Conséquences sur la sexualité.

- Perte de désir.
- Préoccupations face à son corps.
- Culpabilité dans la sexualité.
- Dysfonction sexuelle.
- Douleurs chroniques liés aux fonctions sexuelles se traduisant sur le plan physique.
- Craintes liées à l'exercice de la sexualité.

### Comportements sexuels à risque.

- Première relation sexuelle avant 15 ans.
- Multiples partenaires sexuels.
- Utilisation de substances avant une relation sexuelle.
- Non-utilisation du condom de façon régulière ou de la pilule contraceptive.

## RÉPERCUSSIONS SUR LES RELATIONS AVEC L'ENVIRONNEMENT (LA SANTÉ SOCIALE, LA FAMILLE, LE COUPLE, L'ÉCOLE ET LE TRAVAIL)

### Conséquences sur la famille et les amitiés.

- Sentiment d'insatisfaction envers les amis ou la vie en général.
- Sentiment de ne pas se sentir soutenue par ses amis ou sa famille.
- Tendances à cacher sa vie privée à ses amis et à sa famille.
- Peur que sa famille la mette à la porte.
- Peur de se faire isoler de ses amis par son agresseur.

### Conséquences économiques et dans l'emploi.

- Dépenses pour la santé ou pour leur protection (sécurité).
- Sabotage de son emploi/travail par son partenaire.
  - Parmi des filles recevant de l'assistance sociale, 57% de celles qui vivent de la violence grave rapportent du sabotage de leur emploi ou de leurs études par leur partenaire, alors que seulement 7% des filles non-violentées y font face (10).

### Conséquences scolaires.

- Baisse des résultats scolaires.
- Échec scolaire ou absentéisme scolaire.
- Décrochage scolaire.
- Sabotage scolaire/école par son partenaire.

### Conséquences sur le couple.

- Sabotage de la relation amoureuse actuelle par son ex partenaire.
- Baisse de la satisfaction de la relation, fin de la relation ou séparation.
- Peur dans la relation.
- Méfiance ou perte de confiance vis-à-vis de leur partenaire.

### Conséquences sur la vie sociale.

- Les relations amoureuses et sociales sont perçues comme insécurisantes et menaçantes.
- Sentiment de ne pas se sentir soutenue par la communauté (et plus particulièrement par les représentants de la justice).
- Isolement social. Certains parlent de «mort sociale».
- Diminution de sa participation à la vie sociale.
- Colère et méfiance envers les autres.
- Perte de confiance en ses semblables et en l'avenir.
- Sentiment de se sentir coupée ou distante dans ses relations.
- Évitement de personnes qui ont des traits semblables à ceux de leur partenaire.
- Tendance à excuser le comportement du partenaire.
- Les filles abusées utilisent plus souvent des stratégies d'adaptation de type désengagement (évitement ou fuite des problèmes, pensées illusoire, retrait social et critique de soi) que les filles non abusées; et proportionnellement plus de stratégies de type désengagement que de type engagement (résolution de problèmes, restructuration cognitive, soutien social et expression des émotions).

Bien que la recherche suivante de Banks (2002) porte sur les symptômes associés aux blessures faites à la tête et au cerveau des femmes adultes qui sont victimes de violence conjugale, ces symptômes peuvent néanmoins être présents chez des adolescentes victimes de violence dans leurs relations amoureuses qui auraient été blessées à la tête. Nous attirons donc votre attention sur ces séquelles, car elles sont souvent négligées.

## **SYMPTÔMES POSSIBLES, SUITE À UN TRAUMATISME CRÂNIEN RÉSULTANT DE LA VIOLENCE D'UN PARTENAIRE**

D'après une recherche de Martha. E. Banks & Rosalie J. Ackerman (2002).

(Note : certains de ces effets peuvent être irréversibles.)

### **Plaintes somatiques.**

- Étourdissements et vertiges.
- Maux de têtes et migraines.
- Crises épileptiques.
- Difficultés de sommeil.

### **Difficultés cognitives.**

- Difficultés avec la pensée abstraite.
- Confusion.
- Difficulté avec la concentration.
- Difficultés à suivre les indications.
- Difficultés à retenir l'information.
- Désorganisation.
- Difficultés d'initiative.
- Incapacité au travail de reprendre le niveau de performance pré-trauma.
- Perte de mémoire.
- Fatigue mentale.

### **Difficulté de jugement.**

- Difficulté à prendre des décisions.
- Évaluation faussée de la dangerosité du partenaire violent.

### **Difficultés émotionnelles.**

- Apathie.
- Agitation.
- Humeur dépressive (parfois avec tendances suicidaires).
- Irritabilité.
- Faible seuil de tolérance.

### **Difficultés comportementales.**

- Difficultés à gérer la colère.
- Changements de personnalité.

### **Histoire médicale.**

- Délais dans la demande d'un traitement.
- Visite à de multiples départements d'urgence médicale.
- Problèmes d'audition, de vision et de concentration non soignés.
- Perte de conscience non soignée.
- Changement d'appétit et de poids.
- Changements menstruels.

### **Quelques données tirées de trois études recensées traitant également de la victimisation des garçons dans leurs relations amoureuses :**

Une étude transversale auprès d'un vaste échantillon montre que lorsqu'il s'agit de forme moins sévère de violence (psychologique et physique mineure), tout comme chez les victimes de sexe féminin, les garçons victimes de violence dans leurs relations amoureuses présentent plus de comportements antisociaux, de comportements violents et d'humeur dépressive. Les idées suicidaires et la consommation d'alcool et de drogue, bien que présentes, sont moins significatives que chez les filles (32).

Les effets émotifs de la violence sont principalement la colère, la confusion, mais aussi la culpabilité, la tristesse, se sentir blessé, bouleversé ou effrayé. La différence de genre apparaît dans la façon de vivre avec la violence. Qu'elle soit émotionnelle, sexuelle ou physique, les garçons sont beaucoup plus nombreux que les filles à dire qu'ils ne se sentent pas affectés par cette expérience (22).

Une étude transversale auprès d'un vaste échantillon représentatif d'adolescents conclue à des retombées négatives moindres de la violence physique sévère chez les garçons. Garçons et filles rapportant avoir reçu une volée plus de deux fois au cours des 12 mois précédents mentionnent davantage d'idées suicidaires et une moins bonne santé physique que ceux qui n'ont pas été violentés. Les filles font davantage de tentatives de suicide et se rapportent en moins bonne santé mentale, ce qui n'est pas le cas des garçons. Les filles victimes sont davantage insatisfaites de la vie en général (12).

## RÉFÉRENCES

1. Ackard, D. M., & Neumark-Sztainer, D. (2002). Date violence and date rape among adolescents : associations with disordered eating behaviors and psychological health. *Journal of Child Abuse & Neglect*, 26, 455-473.
2. Amar, A. F., & Alexy, E. M. (2005). "Disseminated" by dating violence. *Perspectives in Psychiatric Care*, 41, 162-171.
3. Amar, A. F., & Gennaro, S. (2005). Dating violence in college women. Associated physical injury, healthcare usage, and mental health symptoms. *Nursing Research*, 54, 235-242.
4. Arnow, A.B. (2004). Relationships between childhood maltreatment, adult health and psychiatric outcomes and medical utilization. *Journal of Clinical Psychiatry*, 65 (suppl.12) 10-15.
5. Banks, M. E., & Ackerman, R. J. (2002). Head and brain injuries experienced by African American women victims of intimate partner violence. *Women & Therapy (The Haworth Press, Inc.)*, 25 (3), 131-141.
6. Barnett, O., Miller-Perrin, C. L., & Perrin, R. D. (2005). Family Violence : Across the lifespan an introduction. California : Sage Publication.
7. Callahan, M. R., Tolman, R. M., & Saunders, D. G. (2003). Adolescent dating violence victimization and psychological well-being. *Journal of Adolescent Research*, 18, 664-681.
8. Campbell, J., Snow Jones, A., Dienemann, J., Kub, J., Schollenberger, J., O'Campo, P. & al. (2002) Intimate Partner Violence and Physical Health consequences. *Archives of Internal Medicine*, 162, 1157-1163.
9. Capaldi, D. M., & Owen, L. D. (2001). Physical aggression in a community sample of at-risk young couples : Gender comparisons for high frequency, injury, and fear. *Journal of Family Psychology*, 15, 425-440.
10. Center for Impact Research (2000). Domestic violence and birth control sabotage : a report from the teen parent project. Chicago, IL : Center for impact research. Lu le 30 août 2006 à [www.impactresearch.org/documents](http://www.impactresearch.org/documents)
11. Coffey, P., Leitenberg, H., Henning, K., Bennett, R. T., & Jankowski, M. K. (1996). Dating violence : The association between methods of coping and women's psychological adjustment. *Violence and Victims*, 11(3), 227-238.

12. Coker, A. L., McKeown, R. E., Sanderson, M., Davis, K. E., Valois, R. F., & Huebner, E. S. (2000). Severe dating violence and quality of life among South Carolina high school students. *American Journal of Preventive Medicine, 19*, 220-227.
13. Decker, M. R., Silverman, J. G., & Raj, A. (2005). Dating violence and sexually transmitted disease-HIV testing and diagnosis among adolescent females. *Journal of the American Academy of Pediatrics, 116*, 272-276.
14. Ehrensaft, M. K., Moffitt, T. E., & Caspi, A. (2006). Is domestic violence followed by an increased risk of psychiatric disorders among women but not among men? A longitudinal cohort study. *American Journal of Psychiatry, 163*, 885-892.
15. Ellickson, P. L., Collins, R. L., Bogart, L. M., Klein, D. J., & Taylor, S. L. (2005). Scope of HIV risk and co-occurring psychosocial health problems among young adults : violence, victimization, and substance use. *Journal of Adolescent Health, 36*, 401-409.
16. Fernet, M. (2005). *Amour, violence et adolescence*. Sainte-Foy : Presses de l'Université du Québec.
17. Glass, N., Fredland, N., Campbell, J., Yonas, M., Sharps, P., & Kub, J. (2003). Adolescent dating violence : Prevalence, risk factors, health outcomes, and implications for clinical practice. *Journal of Obstetric, Gynecologic, and Neonatal Nursing, 32*, 227-238.
18. Goldstein, S. E., & Tisak, M. S. (2004). Adolescents' outcome expectancies about relational aggression within acquaintanceships, friendships, and dating relationships. *Journal of Adolescence, 27*, 283-302. Hanson, R.F. (2002) Adolescent dating violence : Prevalence and psychological outcomes. *Child Abuse & Neglect, 26*, 449-453.
19. Harned, M. S. (2001). Abused women or abused men? An examination of the context and outcomes of dating violence. *Violence and Victims, 16*, 269-285.
20. Hegarty, K., Gunn, J., Chondros, P., & Small, R. (2004). Association between depression and abuse by partners of women attending general practice : descriptive, cross sectional survey. *Postgraduate Medical Journal, 328*, 621-624.
21. Howard, D. E., & Wang, M. Q. (2003). Risk profiles of adolescent girls who were victims of dating violence. *Adolescence, 38*, 1-14.
22. Jackson, S. M., Cram, F., & Seymour, F. W. (2000). Violence and sexual coercion in high school students' dating relationships. *Journal of Family Violence, 15*, 23-36.
23. Jacoby, M., Gorenflo, D., Black, E., Wunderlich, C. & Eyley, A.E. (1999). Rapid repeat pregnancy and experiences of interpersonal violence among low-income adolescents. *American Journal of Preventive Medicine, 16*, 318-321.

24. Kennedy, A. C. (2006). Urban adolescent mothers exposed to community, family, and partner violence : Prevalence, outcomes, and welfare policy implications. *American Journal of Orthopsychiatry*, *76*, 44-54.
25. Kilpatrick, D. G., Ruggiero, K. J., Acierno, R., Saunders, B. E., Resnick, H. S., & Best, C. L. (2003). Violence and risk of PTSD, major depression, substance abuse/dependence, and comorbidity : Results from the National Survey of Adolescents. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *71*, 692-700.
26. Kofkin, R. J. (2003). Community psychology. Guiding principles and orienting concepts. Upper Saddle River : Prentice Hall.
27. Kreiter, S. R., Krowchuk, D. P., Woods, C. R., Sinal, S. H., Lawless, M. R., & DuRant, R. H. (1999). Gender differences in risk behaviors among adolescents who experience date fighting. *Journal of the American Academy of Pediatrics*, *104*, 1286-1292.
28. Krulewitch, C. J., Roberts, D. W., & Thompson, L. S. (2003). Adolescent pregnancy and homicide : findings from the Maryland office of the chief medical examiner, 1994-1998. *Child Maltreatment*, *8*, 122-128.
29. La Greca, A. M., & Harrison, H. M. (2005). Adolescent peer relations, friendships, and romantic relationships : Do they predict social anxiety and depression?. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, *34*, 49-61.
30. Luster, T., & Small, S. A. (1997). Sexual abuse history and number of sex partners among female adolescents. *Family Planning Perspectives*, *29*, 204-211.
31. Roberts, T. A., Auinger, P., & Klein, J. D. (2005). Intimate partner abuse and the reproductive health of sexually active female adolescents. *Journal of Adolescent Health*, *36*, 380-385.
32. Roberts, T. A., & Klein, J. (2003). Intimate partner abuse and high-risk behavior in adolescents. *American Medical Association*, *157*, 375-380.
33. Roberts, T. A., Klein, J. D., & Fisher, S. (2003). Longitudinal effect of intimate partner abuse on high-risk behavior among adolescents. *The Journal of the American Medical Association*, *157*, 875-881.
34. Sampson, R. (2003). *Acquaintance rape of college students*. Problem-oriented guides for police. Problem-specific guides series. U.S. : Department of Justice, Office of Community Oriented Policing Services.

35. Silverman, J. G., Raj, A., & Clements, K. (2004). Dating violence and associated sexual risk and pregnancy among adolescent girls in the United States. *Journal of the American Academy of Pediatrics, 114*, 220-225.
36. Silverman, J. G., Raj, A., Mucci, L. A., & Hathaway, J. E. (2001). Dating violence against adolescent girls and associated substance use, unhealthy weight control, sexual risk behavior, pregnancy, and suicidality. *The Journal of the American Medical Association, 286*, 572-579.
37. Smith, P. H., White, J. W., & Holland, L. J. (2003). A longitudinal perspective on dating violence among adolescent and college-age women. *American Journal of Public Health, 93*, 1104-1109.
38. Spitzberg, B. H. (2002). The tactical topography of stalking victimization and management. *Trauma, Violence, & Abuse, 3*, 261-288.
39. Watson, J. M., Cascardi, M., O'Leary-Leaf, S., & O'Leary, K. D. (2001). High school students' responses to dating aggression. *Violence and Victims, 16*, 339-348.
40. Wiemann, C.M. , Agurcia, C.A., Berenson, A.B., Volk, R.J. & Rickert, V.I. (2000). Pregnant adolescents : Experiences and behaviors associated with physical assault by an intimate partner. *Maternal and Child Health Journal, 4*, 93-101.
41. Wiemann, C.M., Agurcia, C.A., Berenson, A.B., Volk, R.J. & Rickert, V.I. (2000). Pregnant adolescents : Experiences and behaviors associated with physical assault by an intimate partner. *Maternal and Child Health Journal, 4*, 93-101.

## RÉFÉRENCES UTILES

Pour des informations utiles sur les droits par rapport aux atteintes à la réputation sur Internet, consultez le site [www.droitsurinternet.ca](http://www.droitsurinternet.ca)

Pour des informations sur l'âge de consentement à une activité sexuelle, consultez le site du ministère de la Justice du gouvernement du Canada au <http://www.justice.gc.ca/fra/min-dept/clp/faq.html> et Masexualité.ca, qui présente une page sur la sexualité adolescente au [www.Masexualite.ca](http://www.Masexualite.ca). Le site du ministère de la Justice est en révision.

Fernet, M. (2005). *Amour, violence et adolescence*. Québec : Presses de l'Université du Québec.

Gagné, M.-H., Vézina, L., & Lavoie, F. (2002). *J'appelle pas ça de l'amour*. [Vidéocassette et guide d'accompagnement]. Québec : Service des ressources pédagogiques de l'Université Laval.

Lavoie, F. (2000). La prévention de la violence dans les relations de couple à l'adolescence. Dans F. Vitaro, & C. Gagnon (Eds.), *Prévention des problèmes d'adaptation chez les enfants et les adolescents* (pp. 405-460). Québec : Presses de l'Université du Québec.

Lavoie, F., Hamel, C., & Rondeau, L. (2005). *Mieux connaître et agir. Relations amoureuses chez les jeunes*. Disponible sur le site du Centre Québécois des ressources en promotion de la sécurité et en prévention de la criminalité au <http://www.crpspc.qc.ca>.

Lavoie, F., Pacaud, M.-C., Roy, M., & Lebossé, C. (2007). *PASSAJ: Programme de prévention et de promotion traitant de la violence dans les relations amoureuses et du harcèlement sexuel auprès des jeunes de 16-17 ans*. Québec : Université Laval, disponible au <http://viraj.psy.ulaval.ca>.

Lavoie, F., Pacaud, M.-C., Roy, M., & Lebossé, C. (2007). *PASSAJ: An awareness and prevention program for teens (16-17 years old) focusing on abuse in dating relationships and sexual harassment* (Version anglaise). Québec : Université Laval, disponible au <http://viraj.psy.ulaval.ca>.

Lavoie, F., & Thibodeau, C. (2006). *L'opinion des jeunes quant à leurs besoins de formation sur les relations de couple*. École de psychologie, Québec, Université Laval. Texte disponible au <http://viraj.psy.ulaval.ca>.

Lavoie, F., & Vézina, L. (2001). Violence dans les relations amoureuses. Dans Institut de la statistique du Québec (Ed.), *Enquête sociale et de santé auprès des enfants et adolescents québécois 1999* (pp. 471-484). Québec : Les Publications du Québec.

## BIBLIOGRAPHIE

Gouvernement du Québec. (2001). *Orientations gouvernementales en matière d'agression sexuelle*. Québec : ministère de la Santé et des Services sociaux.

Jory, B. (2004). The intimate justice scale: An instrument to screen for psychological abuse and physical violence in clinical practice. *Journal of Marital and Family Therapy*, 30(1), 29-44.

Lavoie, F. (2005). La violence psychologique dans le couple. Dans M.-H. Gagné (Ed.), *Violences psychologiques : Comment les prévenir dans différents contextes de vie?* Actes de symposium, 27<sup>e</sup> congrès annuel de la Société québécoise de recherche en psychologie (pp. 33-50). Québec: Centre de recherche JEFAR.

Lavoie, F., Chavarria, W. A., & Lebossé, C. (2007). Conséquences de la violence dans les fréquentations amoureuses. École de psychologie, Québec, Université Laval. Texte disponible au <http://viraj.psy.ulaval.ca>.

Lavoie, F., Dufort, F., Hébert, M., & Vézina, L. (1997). *Évaluation d'un programme de prévention de la violence lors des fréquentations : Une évaluation de ViRAJ selon une approche quasi expérimentale* (Rapport final déposé au Conseil québécois de la recherche sociale). Québec : Université Laval.

Lavoie, F., Pacaud, M.-C., Roy, M., & Lebossé, C. (2007). PASSAJ : *Programme de prévention et de promotion traitant de la violence dans les relations amoureuses et du harcèlement sexuel auprès des jeunes de 16-17 ans*. Québec: Université Laval, disponible au <http://viraj.psy.ulaval.ca>.

Lavoie, F., Vézina, L., Piché, C., & Boivin, M. (1995). Evaluation of a prevention program for violence in teen dating relationships. *Journal of Interpersonal Violence*, 10(4), 517-525.

Saltzman, L. E., Fanslow, J. L., McMahon, P. M., & Shelley, G. A. (1999). *Intimate partner violence surveillance: Uniform definitions and recommended data elements*. Atlanta Centers for Disease Control and Prevention.









UNIVERSITÉ  
LAVAL

EVI SA