

**Objet : Campagne de sensibilisation des jeunes  
à la violence dans leurs relations amoureuses****Réseaux :** Tous**Niveaux et services :** SECONDAIRE – SUPERIEUR - UNIVERSITAIRE**Période :** Année scolaire 2007-2008

- A Mesdames et Messieurs les Bourgmestres et Echevins de l'Instruction publique ;
- Aux chefs d'établissements de l'enseignement secondaire ordinaire, technique et professionnel subventionné et organisé par la Communauté française ;
- Aux chefs d'établissements de l'enseignement spécial (secondaire) subventionné et organisé par la Communauté française ;
- Aux Directions des établissements d'enseignement de promotion sociale organisés ou subventionnés par la Communauté française ;
- A Mesdames les Directrices-Présidentes et à Messieurs les Directeurs-Présidents des Hautes Ecoles organisées ou subventionnées par la Communauté française
- Aux Recteurs des Universités ;
- Aux membres des services d'Inspection et de vérification de l'enseignement secondaire, ordinaire, spécialisé et artistique (PE et HR) et de promotion sociale organisés ou subventionnés par la Communauté française ;
- Aux Coordonateurs des CEFA
- Aux Directions des Centres d'éducation et de formation en alternance ;
- Aux Directions des Centres P.M.S. organisés ou subventionnés par la Communauté française
- Aux Directions des internats autonomes et des homes d'accueil de l'enseignement de la Communauté française

**Autorités :** Direction de l'Égalité des Chances – Secrétariat général**Signataire :** Jean-Pierre HUBIN**Gestionnaire :** Direction de l'Égalité des Chances – Secrétariat général**Personne-ressource :** Deborah Kupperberg (deborah.kupperberg@cfwb.be)**Renvoi(s) :****Nombre de pages :** 2**Téléphone pour duplicata :****Mots-clés :** Campagne de sensibilisation – Violence dans les relations amoureuses

**Campagne de sensibilisation des jeunes**  
**à la violence dans les relations amoureuses**

**aimesansviolence.be**

Madame, Monsieur,

L'enquête menée par la Communauté française en 2007 sur « *La violence dans les relations amoureuses des jeunes* » a montré l'importance de cette problématique dès le début de l'adolescence (synthèse de l'étude disponible sur [www.egalite.cfwb.be](http://www.egalite.cfwb.be)).

Le 13 février 2008, veille de la St-Valentin, le Gouvernement de la Communauté française lance une campagne de sensibilisation des jeunes de 14 à 18 ans portant sur la violence dans leurs relations amoureuses.

Cette campagne a pour objectifs d'aider les jeunes à :

- repérer les signes de violence dans leurs relations amoureuses,
- déconstruire les mythes qui y sont liés,
- percevoir les différentes manifestations de la violence entre partenaires,
- saisir son ampleur et ses effets.

Fruit d'un travail collectif entre l'Administration, les acteurs de terrain et les politiques de différents secteurs, cette campagne se décline autour de plusieurs axes :

- une **affiche** présentant la campagne et annonçant un concours de films mobiles,
- une **brochure** explicative sur la thématique de la violence dans les relations amoureuses,
- un **site internet** : [www.aimesansviolence.be](http://www.aimesansviolence.be), permettant :
  - d'accéder à l'information relative à la question,
  - de prendre connaissance de témoignages de filles et de garçons et de données chiffrées issues de l'enquête,
  - d'obtenir des conseils pratiques et des relais directs vers des professionnels,
  - de télécharger la brochure,
  - de participer au concours de films mobiles.
- un **CD musical** d'une chanson composée pour l'occasion par le **rappeur Akro** (chanteur de Starflam), ambassadeur de la campagne (chanson et clip également disponibles sur le site).

Destinés aux jeunes, et indirectement aux enseignant-e-s, aux éducateurs-trices, aux associations et aux acteurs de terrains, ces outils de sensibilisation sont disponibles gratuitement auprès de la Direction de l'Égalité des Chances ([egalite@cfwb.be](mailto:egalite@cfwb.be)) et/ou du Téléphone vert de la Communauté française (0800/ 20 000).

Un courrier contenant des exemplaires de brochures et d'affiches vous a été adressé et vous parviendra sous peu.

Je vous remercie de votre attention, et vous prie de recevoir, Madame, Monsieur, mes salutations les plus respectueuses.

**Pour le Secrétaire général,  
L'Administrateur général**

**Jean-Pierre HUBIN**



**AIME SANS  
VIOLENCE**

**Aimer, c'est respecter l'autre**



Une campagne de la Communauté française de Belgique



**[aimesansviolence.be](http://aimesansviolence.be)**

# Toi, ton couple ça va?

## **On se rencontre, on se plaît, on s'aime...**

Quand on s'aime, on veut toujours que ça se passe bien. Et pourtant en amour, s'il y a des hauts, il y a aussi des bas. Les conflits font partie de la relation amoureuse, mais parfois ça va trop loin. On peut alors parler de violence.



# Info ou intox ?

**Ce n'est pas toujours facile de détecter les signes de violence dans les relations amoureuses. Clichés et réalités sont parfois vite mélangés.**

## **Alors, info ou intox ?**

**La jalousie, c'est une preuve d'amour.**

**intox**

Sentir que notre partenaire est agacé-e par l'attention que l'on reçoit de la part de quelqu'un d'autre, ça peut être plaisant au début. Ça peut être aussi un moyen pour lui/elle de montrer qu'il/elle tient à toi. Mais les comportements jaloux ne sont pas une preuve d'amour. C'est plutôt une preuve que ton copain ou ta copine n'a pas confiance en toi et manque peut-être de confiance en lui-même ou elle-même. Cela peut même devenir de la violence quand la jalousie devient systématique ou que l'on développe des comportements comme la possessivité, le contrôle des activités de l'autre, que l'on empêche l'autre de voir ses ami-e-s, etc.

**Les filles peuvent aussi être violentes.**

**info**

Les filles peuvent aussi être violentes envers leur partenaire. Cependant les filles exercent moins que les garçons des violences physiques répétées. Elles exercent d'autres formes de violences comme la manipulation (voir page 12). A partir de 18 ans, les filles sont majoritairement victimes.

## **L'alcool peut être la cause de violence.** **intox**

Par contre l'alcool peut amener un individu déjà violent à exprimer plus rapidement ou plus intensément sa violence.

## **Si une fille subit du contrôle et de la violence de la part de son copain et qu'elle reste avec lui, c'est parce que ça lui plaît.** **intox**

La fille reste peut-être avec lui parce qu'elle a peur. C'est peut-être aussi parce qu'elle aime la partie de lui qui est attentionnée et drôle ou qu'elle pense qu'elle peut arriver à le changer. Une chose est sûre, il n'y a personne qui aime se faire frapper ou être humilié-e.

## **La première relation sexuelle est toujours un moment romantique.** **intox**

Ça peut être un très beau moment, ça peut être romantique, mais ça peut aussi être décevant ou juste ... En tout cas, ça se passe rarement comme dans les films d'amour!

## **J'ai plus de risque de me faire violer par quelqu'un que je connais que par un inconnu.** **info**

Les agresseurs sexuels sont souvent des gens qui connaissent leur victime. Ça peut être l'amoureux, un voisin, un ami, un membre de la famille, etc.

## **Les garçons ne peuvent pas contrôler leur désir sexuel.** **intox**

Les garçons comme les filles peuvent contrôler leur désir sexuel. Toutes les relations, qu'elles soient de longue durée ou non, ne doivent pas nécessairement mener au lit. Toute relation sexuelle doit être désirée par les deux partenaires et ils doivent s'entendre sur le bon moment.

## **La violence, c'est perdre le contrôle.** **intox**

La violence dans les relations amoureuses, c'est plutôt une façon de prendre le contrôle sur l'autre.



**En regardant un mec, on ne peut pas deviner que c'est un «homme violent».** info

Il n'y a pas de portrait-type de partenaire violent. Ça peut même être un mec qui est super cool avec les filles, qui s'entend bien avec les parents, les profs...

**Si mon copain ou ma copine m'invite chez lui ou chez elle alors que sa famille est absente, ça veut dire qu'il ou elle a l'intention qu'on couche ensemble. Et si j'y vais, ça veut dire que j'accepte.** intox

Il faut faire attention à ne pas tout interpréter. Le mieux, c'est d'en parler et de tenter de savoir si nos impressions sont réelles ou fausses.

**Une fille ne peut pas changer le comportement violent de son copain, même avec de la tendresse et de la patience.** info

Ce n'est pas à la fille de changer le comportement de son copain. Elle peut le soutenir dans son cheminement, mais la seule personne qui peut aider un garçon à changer, c'est lui-même. C'est à lui de se prendre en main. Il peut aussi se faire aider par des professionnel-le-s qui ont l'habitude de travailler avec des jeunes violents.

**Quand un garçon caresse une fille et qu'elle dit «non», son «non» veut souvent dire «oui».** intox

Même si dans les films, surtout pornos, les filles disent «non» alors qu'on apprend qu'au fond, elles veulent dire «oui», dans la vraie vie, quelqu'un qui dit «non», ça veut dire «non».







**Si mon copain ou ma copine m'aime vraiment, il ou elle serait supposé-e accepter de coucher avec moi. **intox****

On ne fait pas l'amour juste pour faire plaisir à l'autre. Il faut en avoir envie tous les deux. Si l'autre refuse, ça ne veut pas dire qu'il ou elle ne t'aime pas.

**Les garçons veulent toujours avoir des relations sexuelles. **intox****

Il arrive qu'un mec n'ait pas envie d'avoir une relation sexuelle. Et ce n'est pas parce qu'il est homosexuel ou parce que la fille ne lui plaît pas, c'est juste qu'il n'a pas envie ou qu'il ne se sent pas prêt.

**Quand on s'aime, on doit tout se dire et n'avoir rien à cacher. Il n'y a pas de mal à aller regarder dans le GSM de l'autre. **intox****

Ce n'est pas parce qu'on s'aime, que pour ça tout est permis! Un GSM, comme le courrier ou les courriels, c'est privé. Regarder dans le GSM de l'autre, c'est déjà une forme de contrôle des activités de l'autre.

**Les moqueries ne font de mal à personne. **intox****

Les moqueries sont souvent considérées comme inoffensives mais peuvent être très humiliantes et blessantes. Certaines personnes rabaisent leur partenaire pour montrer leur domination et leur force. Il s'agit d'une violence psychologique qui diminue l'estime de soi du-de la partenaire, parfois de façon permanente.





### **La violence n'existe que dans certains milieux sociaux.** **intox**

La violence dans une relation amoureuse n'est pas limitée à une classe sociale particulière ni à un groupe ethnique, culturel ou religieux. Cela concerne tout le monde. On peut tous être amenés à connaître de la violence dans sa relation amoureuse.

### **Si une fille s'habille sexy, c'est qu'elle cherche à se faire draguer.** **intox**

Une fille peut s'habiller sexy pour elle-même et/ou pour faire plaisir à son amoureux. Elle ne cherche pas nécessairement à se faire draguer.

### **La violence existe aussi dans les couples de même sexe.** **info**

La violence dans un couple est le résultat d'une relation où un des partenaires domine l'autre. Cette situation peut aussi exister chez les couples de même sexe.

### **La violence, c'est une preuve de virilité.** **intox**

La violence, c'est une preuve de faiblesse. Un homme peut être viril sans pour cela humilier l'autre ou user de sa force.



# la violence c'est quoi ?

**De la violence dans ma relation ? Moi, jamais !**

**Bien sûr on se dispute de temps en temps.**

**Mais**

- obliger son copain/sa copine à faire des choses qu'il ou elle ne veut pas,
- l'empêcher de faire des choses qu'il ou elle veut faire,
- le ou la maintenir dans un climat de tensions, de peurs et de domination,

**c'est déjà de la violence !**

Quand un rapport de pouvoir, de contrôle et de domination de l'un sur l'autre s'installe, c'est une relation inégalitaire.

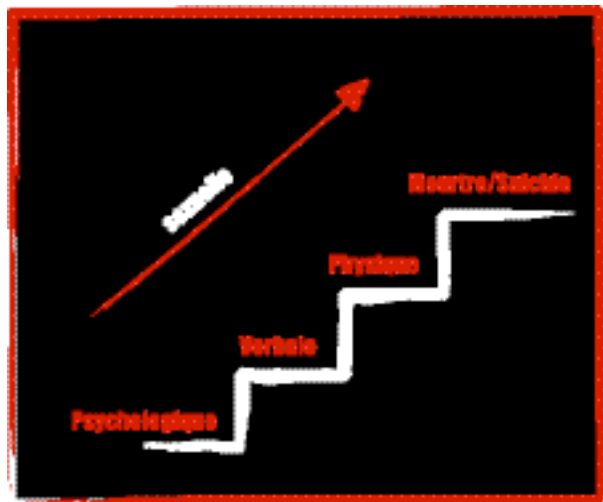
Souvent cette violence, on ne la capte pas tout de suite. Elle s'installe **progressivement** dans la relation amoureuse et n'est pas toujours repérée comme telle.

Elle peut exister **à tout âge** et peut concerner **tous les couples** qu'ils cohabitent ou non, qu'ils soient mariés ou non, que les partenaires soient de sexe différent ou de même sexe.

## Escalade des violences

Il existe différentes formes de violence qui s'appuient les unes sur les autres comme les marches d'un escalier. La stratégie, souvent inconsciente de l'auteur-e, est de prendre le pouvoir sur la victime en lui faisant perdre la confiance en lui/elle et en l'isolant.

L'escalade de cette violence peut aller jusqu'au meurtre ou au suicide de l'un des deux partenaires.



### **La violence psychologique :**

C'est quand un garçon ou une fille enlève la confiance en soi de sa copine ou de son copain et essaie de limiter son autonomie.

Beaucoup de gens pensent que cette forme de violence est moins grave parce qu'elle ne laisse pas de trace visible. C'est faux! La violence psychologique laisse des blessures intérieures profondes.

### **La violence verbale:**

C'est quand un garçon ou une fille se sert des mots pour humilier l'autre ou pour créer chez lui ou elle un sentiment d'insécurité et de peur. Cette forme de violence est beaucoup plus fréquente qu'on ne le pense.

### **La violence physique:**

C'est quand un garçon ou une fille utilise la force physique pour affirmer son pouvoir sur sa copine ou son copain.

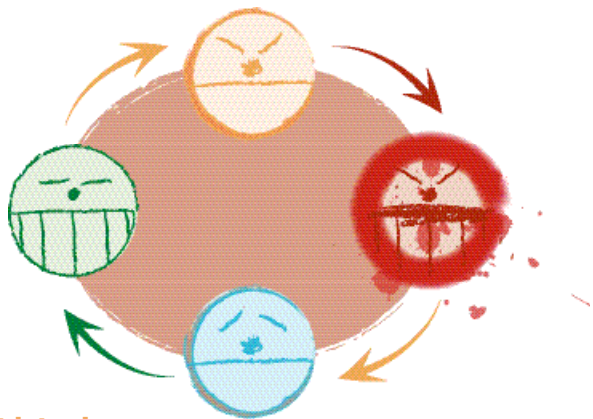
### **La violence sexuelle:**

C'est quand un garçon ou une fille impose à sa copine ou son copain des gestes sexuels non désirés ou l'oblige à des pratiques non désirées. Cette violence sexuelle se déroule souvent dans un contexte d'intimidation, de manipulation, de chantage, de menace ou d'utilisation de la force.



## Le cycle de la violence

Lorsque qu'il y a de la violence, on est enfermé dans un cycle infernal. La violence se répétera toujours sous différentes formes, même s'il y a des bons moments qui font espérer que l'autre ne recommencera plus.



### **Climat de tension**

L'auteur-e est tout le temps mécontent-e, il/elle menace. L'autre a peur et fait tout pour qu'il/elle ne se fâche pas.

### **Explosion de la violence**

L'auteur-e passe à l'attaque : menaces, injures, coups.  
L'autre est honteux-se, triste, en colère.

### **Accalmie**

L'auteur-e minimise ou nie ses violences, se trouve des excuses, accuse l'autre de l'avoir provoqué-e, demande pardon, supplie, promet de changer.

### **Lune de miel**

L'auteur-e est adorable, offre des cadeaux.  
L'autre croit que la violence ne se reproduira plus et est heureux-se du calme retrouvé.

## Détecte les signes de violence

### PSY

- Interdire à l'autre de sortir sans lui ou elle.
- Interrompre ou contredire sans cesse l'autre en le ou la rabaissant.
- Surveiller les conversations téléphoniques et lire les SMS.
- Boudier l'autre pendant des jours.
- Empêcher l'autre de voir ses ami-e-s.
- Menacer l'autre de se suicider si elle ou il casse la relation.
- S'énerver à propos de tout et de rien.

### VERBALE

- Insulter l'autre ou se moquer de lui / d'elle méchamment.
- Traiter l'autre de noms méchants.

### PHYSIQUE

- Serrer le bras de l'autre au point de lui faire mal.
- Donner une claque.
- Pousser ou bousculer.
- Menacer avec un objet.

### SEXUELLE

- Harceler l'autre pour avoir des rapports sexuels.
- Droguer ou souler l'autre pour coucher avec elle ou lui.
- Faire des attouchements déplacés.
- Utiliser la force pour avoir un contact sexuel.



Teste tes connaissances sur [www.ainesansviolence.be](http://www.ainesansviolence.be)

# la violence en chiffres

9 jeunes sur 10 affirment avoir été victimes d'actes qui relèvent de la violence dans leurs relations amoureuses, principalement de la violence verbale ou psychologique.

## Les auteurs

### **Les garçons recourent plus à des violences physiques et des agissements de domination :**

- exiger de savoir où et avec qui elle va,
- imposer des façons de s'habiller,
- empêcher de parler à d'autres garçons,
- donner des ordres,...

### **Les filles (entre 12 et 17 ans) recourent davantage à des actes de déni et de manipulation :**

- ne pas tenir compte de ses opinions dans l'intimité ou devant les autres,
- cesser de parler,
- culpabiliser,
- faire du chantage,...

A partir de 18 ans, les filles sont majoritairement victimes.

## Les quatre principales situations de violence :

- Le/la partenaire exige de savoir avec qui et où l'autre se trouve (71 %).
- Il/elle cesse de parler ou refuse de discuter (55 %).





- Il/elle empêche de parler à d'autres filles ou à d'autres garçons (54 %).
- Il/elle critique et dévalorise son ou sa partenaire (53 %).

## **Violence physique**

Un jeune sur sept a déjà été giflé, poussé, bousculé, menacé avec un objet ou a déjà eu ses vêtements déchirés par son ou sa partenaire.

## **Violence sexuelle**

- 34 % des jeunes ont du mal à accepter que leur partenaire refuse des caresses.
- 17 % des jeunes ont du mal à accepter que leur partenaire refuse de faire l'amour.
- 15% des jeunes disent accepter de faire l'amour alors qu'ils/elles n'en ont pas envie.

## **Les mythes ont la peau dure**

- 38 % des jeunes pensent que «la jalousie est une preuve d'amour».
- 51 % des jeunes pensent qu'«avec beaucoup d'amour, on peut arriver à changer son/sa partenaire».

**Tu veux en savoir plus ? Télécharge la synthèse de l'étude «Amour et violence chez les jeunes» sur le site [www.aimesansviolence.be](http://www.aimesansviolence.be)**

## Témoignages

### **Nathalie, 16 ans**

Je suis obligée de lui dire je t'aime, sinon ça ne va pas.

### **Joëlle, 13 ans**

Un jour, j'ai mis une jupe courte. Mon copain, il m'a pas dit de l'enlever mais il était pas content. Il était froid et il m'a dit qu'il aimait pas, qu'il avait peur que les autres garçons aient des vues sur moi.

### **Bruno, 19 ans**

Les filles aiment parfois s'habiller pour elles. Nous, on est là direct «tu vas voir qui!», alors que c'est juste pour elles.

### **Læticia, 13 ans**

Je n'ai jamais eu la possibilité de lire son GSM, mais lui a lu le mien.

### **Stéphane, 19 ans**

Il faut communiquer, être à l'écoute. Je me rappelle, en boîte, avec ma nana, je devenais fou, beaucoup trop possessif.

### **Aymeric, 20 ans**

Avant de faire l'amour avec ma copine, j'ai attendu un an. J'ai jamais forcé.

### **Fatima, 20 ans**

Ca fait un petit temps que je suis avec mon mec et je peux plus rien faire. Je peux plus voir mes amis, je peux plus m'habiller comme je veux...



# sommes-nous égaux ?

Les hommes et les femmes sont égaux tout en étant différents. Cela signifie qu'ils ont les mêmes droits. Avoir les mêmes droits, cela veut aussi dire qu'un des partenaires ne peut pas contrôler l'autre, le dominer, ou être violent vis-à-vis de lui /d'elle.

Toutes les formes de violence envers son ou sa partenaire constituent un délit puni par la loi.

**L'égalité entre les hommes et les femmes est le meilleur moyen de prévenir la violence dans les relations amoureuses.**

**Faire évoluer les mentalités est donc le meilleur moyen de combattre la violence dans les relations amoureuses !**

## À ton tour de bouger !

En 1997, la Belgique a adopté une loi pour combattre la violence dans le couple. Et tant mieux si les dirigeants s'en soucient !

Chacun peut faire évoluer les choses : en parlant de la violence, en manifestant son désaccord quand on est témoin.

# que faire?

Que tu en sois témoin, que tu la subisses ou que tu la fasses subir, il y a toujours une solution pour briser le cycle de la violence. Voici des infos pratiques adaptées à ta situation, que tu sois un garçon ou une fille.

## **Tu es victime de violence?**

Le problème majeur quand on vit dans la violence, c'est qu'on s'isole parce qu'on a peur, parce qu'on a honte. Si tu vis de la violence, qu'elle soit psychologique, verbale, physique ou sexuelle, il est important de briser le mur du silence.

Si tu penses que les choses vont s'arranger toutes seules, tu te trompes. En général, la situation s'aggrave au fil du temps.

Va chercher de l'aide auprès d'une personne de ton entourage en qui tu as confiance. Que ce soit quelqu'un de ta famille, ton ou ta meilleur-e ami-e, un professionnel de l'école ou d'un planning familial. Cette personne t'offrira de l'écoute, du réconfort et de précieux conseils.

Il faut oser en parler, même si ce n'est pas facile. C'est le seul moyen de t'en sortir.





## Tu penses avoir un comportement violent ?

Voici quelques indices qui peuvent te mettre sur la piste.

- Tu veux toujours contrôler ton copain ou ta copine.
- Tu fais souvent des crises de jalousie.
- Tu t'emportes facilement.
- C'est toujours toi qui veux décider.
- Il t'arrive d'humilier ton copain ou ta copine devant les autres.
- Tu as déjà fait mal physiquement à ton copain ou ta copine.
- Il t'est arrivé d'obliger ton copain ou ta copine d'avoir un contact sexuel contre son gré.

Reconnaître qu'on a un problème, c'est déjà un premier pas vers la solution. Un deuxième pas serait d'entreprendre une démarche pour modifier ton comportement.

Si tu as besoin d'aide, il y a des personnes qui sont là pour t'écouter, t'orienter et te conseiller sans te juger. Tu peux te confier à quelqu'un. Ils sont là pour t'appuyer dans ta démarche et non pas pour te faire la morale. Tu peux leur faire confiance!



## Tu es témoin de violences ?

Ce n'est pas facile de réagir quand on est témoin de comportements violents. On est mal à l'aise, on ne veut pas se mêler de la vie des autres ou on a peur de ne pas dire les bonnes choses.

Quand tu es témoin de violences, dis-toi que ton soutien est vraiment précieux. Montre à la personne qui est victime que tu ne la juges pas et que tu peux lui offrir une oreille attentive.

Dis à celui ou à celle qui a un comportement violent que tu n'es pas d'accord avec sa façon d'agir, que la violence, ce n'est jamais excusable.

**Que tu sois auteur-e, victime ou témoin :**

**103 - Ecoute enfants**

**et**

**[www.parolesdados.be](http://www.parolesdados.be)**

Une ligne téléphonique gratuite  
pour parler anonymement

Un site où des spécialistes  
te répondent dans l'anonymat

## Tu veux prévenir la violence ?

Un des meilleurs moyens de prévenir la violence, c'est de travailler tous ensemble à défendre l'égalité entre les garçons et les filles.

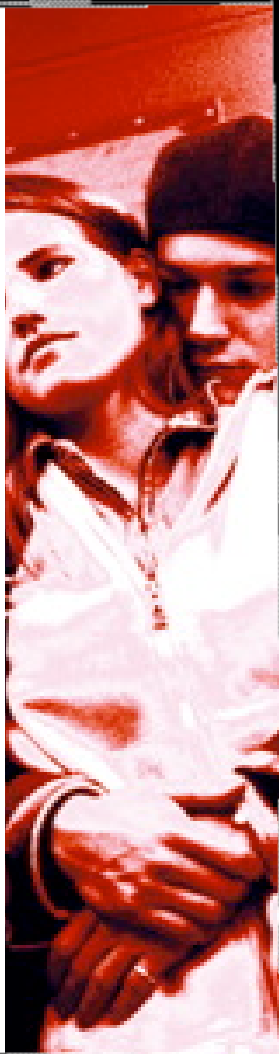
Tu peux aussi te renseigner sur la violence entre partenaires afin de bien comprendre ce que c'est, d'être capable d'en reconnaître les signes avant-coureurs et de déconstruire les clichés qui y sont liés.

N'hésite jamais à faire valoir ton point de vue quand la violence devient le sujet de conversation, même si tu es le seul ou la seule à oser la dénoncer.

## Autres contacts :

En plus du **numéro 103** et du site **[www.parolesdados.be](http://www.parolesdados.be)**, d'autres professionnels sont là pour t'aider et répondre à tes questions. N'hésite pas à faire appel à eux !

Pour les connaître, surfe sur **[aimesansviolence.be](http://aimesansviolence.be)**







**ainesansviolence.be**

Une campagne du Gouvernement de la Communauté française  
réalisée en collaboration avec 17 associations de terrain.  
Plus d'infos sur le site **ainesansviolence.be**

**Pour obtenir gratuitement des brochures et des affiches :**

**Direction de l'Égalité des Chances**  
du Ministère de la Communauté française  
Bd Léopold II, 44  
1080 Bruxelles  
**egalite@cfwb.be**  
www.egalite.cfwb.be

**Téléphone vert : 0800 20 000**

# ainesansviolence.be



Avec le soutien de:



MCM

NOKIA



Lenco



# AIME SANS VIOLENCE

**CONCOURS DE FILMS MOBILES**

**sur [aimesansviolence.be](http://aimesansviolence.be)**

**MEGA PRIX À GAGNER!**

## Aimer, c'est respecter l'autre



téléphone vert  
0800 20 000  
[www.cfwb.be](http://www.cfwb.be)



**mcm**  
NOKIA



**PURE** FM  
**Lenco**  
[www.lencobel.com](http://www.lencobel.com)

TITRE D'AKRO  
À TÉLÉCHARGER  
GRATUITEMENT  
ET RÈGLEMENT SUR  
[AIMESANSVIOLENCE.BE](http://AIMESANSVIOLENCE.BE)



Une campagne de la Communauté française de Belgique