

# Maltraitance et violence familiale



Image credit: Adobe Stock

**Sommaire :** La maltraitance est un comportement visant à intimider, isoler, dominer ou contrôler une autre personne. Si vous êtes victime de maltraitance, vous devez savoir que ce n'est jamais de votre faute et par ailleurs ce n'est jamais justifié. Vous n'avez pas à subir cette maltraitance. Il est possible d'obtenir de l'aide, que ce soit en en parlant à votre médecin, ou en appelant une ligne d'écoute téléphonique, ou en vous adressant à un refuge pour femmes.

## Qu'est-ce que la maltraitance et la violence familiale?

La maltraitance est un comportement visant à intimider, isoler, dominer ou contrôler une autre personne. Il peut s'agir d'un comportement qui se prolonge sur une longue période ou simplement un incident isolé. Un comportement abusif peut se manifester par des gestes ou des paroles ou encore de la négligence.

La maltraitance peut être physique, sexuelle, émotionnelle, psychologique ou financière :

- **Il y a maltraitance physique lorsqu'une personne vous fait mal physiquement de quelque façon que ce soit.** Ceci peut se manifester par des coups, des gifles, des pincements, des coupures, des coups de couteau ou une agression à l'arme à feu. Tous ces exemples constituent une **voie de fait**, qui est considérée comme un crime au Canada et aux États-Unis.
- **Les attouchements sexuels ou l'activité sexuelle** sont de la maltraitance si vous n'êtes pas consentant ou si vous êtes trop jeune pour y consentir - ceci constitue également un crime au Canada et aux États-Unis. Même si vous fréquentez quelqu'un, vivez ou êtes marié(e) avec cette personne, si vous n'êtes pas consentant(e) ou êtes trop jeune pour consentir, c'est un crime.
- **Il y a maltraitance émotionnelle ou psychologique** lorsque quelqu'un pose sciemment des gestes pour vous faire sentir mal à propos de vous-même. Par exemple, proférer des menaces contre vous ou vos proches, vous insulter ou vous dénigrer de façon répétée, faire mal à vos enfants ou à vos animaux de compagnie ou menacer de le faire; conduire de façon dangereuse lorsque vous êtes passager, vous isoler de votre famille ou de vos amis. Le harcèlement criminel est lorsqu'une personne ne vous laisse pas tranquille. Par exemple lorsqu'une personne vous suit, vous surveille et cherche à savoir où vous allez, laisse des messages de menaces, vous harcèle en vous envoyant sans cesse des messages, vous appelle sans arrêt et raccroche sans laisser de réponse et envoie des cadeaux dont vous ne voulez pas.
- **Il y a maltraitance financière** lorsque quelqu'un profite indûment de votre argent. Par exemple prendre votre chèque de paie ou votre argent sans votre permission; garder votre argent de telle façon que vous ne pouvez pas vous procurer les choses dont vous et vos enfants avez besoin comme la nourriture, le logement ou les traitements médicaux, vous faire signer des documents pour vendre votre maison ou changer votre

testament. **Tous ces actes sont considérés comme criminels au Canada.**

L'intimidation est une forme de maltraitance qui peut se produire dans une relation ou dans une famille. Elle peut être physique, sexuelle, émotionnelle, psychologique, financière ou combiner plusieurs de ces aspects. Certaines formes d'intimidation peuvent constituer un crime.

Voici quelques exemples d'intimidation :

- Frapper, donner des coups, pousser, bousculer
- Prendre votre argent et autres possessions
- Proférer des menaces ou agir de façon intimidante
- Constamment vous taquiner ou vous insulter
- Répandre de fausses rumeurs sur vous
- Vous ignorer et vous faire sentir rejeté

Il existe d'autres formes de maltraitance qui peuvent ne pas être des crimes, qui sont tout de même offensantes et qui peuvent mener à certaines formes criminelles de maltraitance.

En voici quelques exemples :

- Vous humilier et vous faire sentir bon à rien
- Vous insulter, vous ignorer ou vous négliger
- Crier sans cesse après vous
- Vous lancer des invectives
- Ne pas vous donner l'argent dont vous avez besoin
- Ridiculiser vos croyances religieuses ou spirituelles, ou vous empêcher de pratiquer votre religion
- Décider de ce que vous pouvez ou ne pouvez pas faire, où vous pouvez aller, ce que vous pouvez porter, les gens que vous pouvez fréquenter
- Vous forcer d'épouser quelqu'un alors que vous ne voulez pas vous marier

\* **La violence familiale** est une forme de maltraitance qui survient dans une relation. Comme pour les autres formes de maltraitance, l'agression peut se manifester sous différentes formes, notamment :

- Physique : lorsque votre conjoint vous frappe, vous donne des coups ou vous fait mal de quelque façon que ce soit.
- Émotionnelle : lorsque votre conjoint vous contrôle en disant ou en faisant des choses qui peuvent vous faire sentir humiliée
- Sexuelle : lorsqu'on oblige une personne à faire certains actes sexuels contre son gré; ceci inclut le viol.

## Il n'est pas nécessaire que les actes soient posés de façon régulière

---

La maltraitance ou l'agression ne se manifeste peut-être pas de façon régulière, seulement de temps en temps. Il se peut également que l'agresseur après avoir mal agi, redevienne gentil et promette que cela ne se reproduira plus. Malheureusement c'est rarement le cas, et cela se reproduit de nouveau.

## La maltraitance peut commencer à tout moment

---

La maltraitance ne commence pas nécessairement au début d'une relation. L'agresseur est généralement gentil et charmant au début d'une relation. Puis avec le temps, l'agresseur peut subtilement commencer à contrôler l'autre personne, par exemple en voulant savoir ce qu'elle fait et où elle va ou en devenant très jaloux.

## La maltraitance est toujours inacceptable

---

**Vous avez droit à la sécurité, au respect et à une vie libre de tous dangers causés par les autres. La maltraitance et la violence familiale sont non seulement nocives, mais sont également illégales.**

**Bien que les agresseurs aient normalement l'habitude de blâmer leurs victimes pour la maltraitance**

**qu'elles subissent, ce sont eux les uniques responsables. La maltraitance n'est JAMAIS de votre faute.**

## Mythes et faits à propos de la maltraitance

---

Malheureusement, la culpabilité et la honte font souvent que la victime demeure dans la relation abusive et l'empêche d'aller chercher de l'aide.

**Mythe :** c'est de ma faute; après tout je ne suis pas parfait(e).

**Fait :** vrai, vous n'êtes peut-être pas une personne parfaite, mais rien de ce que vous faites ne mérite de faire de vous un victime d'abus.

**Mythe :** si je reste dans la relation, je peux l'aider à s'en sortir.

**Fait :** vous êtes un partenaire dans la relation et non un(e) thérapeute. Plus vous restez longtemps dans une relation abusive, moins l'autre personne est motivée à changer son comportement. Si vous désirez réellement changer le comportement de l'agresseur, sortez de cette relation.

**Mythe :** pour l'amour des enfants nous devons rester ensemble.

**Fait :** si vous avez réellement vos enfants à cœur, la meilleure chose à faire est de vous sortir d'une relation abusive. En restant, vous augmentez les chances que vous ou vos enfants en subissiez des conséquences graves tôt ou tard. De plus, vos enfants apprendront que les relations abusives sont normales, augmentant ainsi les chances qu'ils se retrouvent eux aussi dans des relations abusives. Si vos garçons sont témoins du comportement abusif de leur père, il est fort probable qu'ils deviennent eux-mêmes des agresseurs. Si vos filles sont témoins de la maltraitance que vous subissez, il y a de fortes chances qu'elles deviennent elles-mêmes victimes d'abus.

## Comment appuyer une personne qui est victime d'abus

---

Mon ami(e) est actuellement dans une relation abusive. Comment puis-je l'aider?

Les choses à faire :

- Essayez d'en apprendre le plus possible à propos de la maltraitance
- Faites savoir à votre ami(e) que vous la croyez et que vous êtes à ses côtés pour l'aider
- Écoutez-le/la et laissez-le/la parler et extérioriser sa peine
- Demandez à votre ami(e) s'il/elle a besoin de conseils, et ne lui en donnez que s'il/elle est d'accord
- Faites-lui passer les messages suivants :
  - La maltraitance qu'il/elle subit n'est pas de sa faute et il/elle ne devrait pas se culpabiliser
  - Il/elle peut changer son propre comportement, mais pas celui de son/sa conjoint(e)
  - Il/elle n'est pas seul(e).
- Aidez votre ami(e) en faisant une recherche sur les ressources locales comme les refuges pour femmes, les lignes d'écoute, etc.
- Offrez votre aide pour qu'il/elle mette au point un plan d'urgence
- Offrez votre aide en gardant les enfants ou en le/la conduisant à des rendez-vous, le cas échéant

Les choses à ne pas faire :

- Ne portez pas de jugement
- N'affrontez pas son/sa conjoint(e) et ne lui parlez pas
- Ne lui dites pas d'essayer d'arranger les choses
- Ne lui dites pas de rester pour l'amour des enfants

## Qu'advient-il des enfants si je décide de partir?

---

Même si vous quittez une relation abusive, vous pouvez quand même demander la garde de vos enfants.

Si vous avez peur pour la sécurité de vos enfants, communiquez avec la police et demandez-lui de vous escorter vous et vos enfants jusqu'à un refuge ou un endroit où vous serez en sécurité. L'endroit où vous décidez d'aller

doit être dans la province ou le territoire où vous vivez jusqu'à ce que la garde soit décidée par un juge.

Si vous en avez le temps, avant de quitter le foyer, vous devriez parler avec votre avocat sur la meilleure façon de vous protéger ainsi que vos enfants. Un avocat peut vous aider à faire une demande de garde ou d'ordonnance parentale auprès de la cour\*.

Si vous êtes inquiet(iète) à propos de la sécurité de vos enfants, votre avocat peut demander au juge d'émettre une ordonnance qui permettrait à votre conjoint de visiter les enfants seulement sous surveillance, ou dans certains cas très rares, qui interdirait toute visite. Le juge prendra sa décision d'après ce qui est le mieux pour les enfants. Il est rare qu'un juge interdise tout contact entre un parent et son enfant. L'autre parent aura donc probablement le droit de visiter les enfants, mais le juge peut ordonner que cela se fasse sous la surveillance d'une autre personne comme un travailleur social. Si vos enfants visitent l'autre parent, vous voudrez peut-être faire en sorte qu'une autre personne soit présente pour éviter tout problème lorsque votre conjoint(e) passe chercher vos enfants ou à leur retour.

Votre sécurité et celle de vos enfants sont primordiales. Ne restez pas dans une situation dangereuse, car vous vous demandez comment vous allez pouvoir subvenir seul(e) aux besoins de vos enfants. Les refuges peuvent vous fournir, ainsi qu'à vos enfants, une aide temporaire pendant que vous faites les recherches nécessaires pour obtenir un logement et de l'aide à plus long terme. Votre avocat peut également vous aider en demandant au juge d'ordonner à l'autre parent de verser une aide financière pour vous et vos enfants.

Aviser votre avocat si vous pensez que l'autre parent ou quelqu'un d'autre risque d'essayer de faire sortir les enfants du pays. Si vous le demandez, le juge pourra émettre une ordonnance pour que les passeports des enfants soient confisqués par la cour. Si vos enfants sont citoyens canadiens, communiquez avec Passeport Canada au numéro sans frais 1-800-567-6868 ou au service TTY au 1-866-255-7655 et demandez que le nom des enfants soit placé sur une liste de façon à ce que vous soyez avisée si quelqu'un essaye d'obtenir un passeport pour eux. Si vos enfants sont citoyens d'un autre pays, communiquez avec l'ambassade ou le consulat pour demander que toute demande de passeport pour vos enfants soit refusée. Pour de plus amples renseignements sur les enlèvements internationaux d'enfants, consultez le site Web suivant : [http://www.voyage.gc.ca/child-abductions\\_enlevements-enfants-fra](http://www.voyage.gc.ca/child-abductions_enlevements-enfants-fra)

Si vous avez la garde ou détenez une ordonnance parentale, assurez-vous d'en avoir une copie sur vous en tout temps en cas de problème. Vous pouvez également en donner une copie à l'école ou à la garderie de votre enfant.

## Préparer un plan d'urgence

---

- Communiquez avec un service d'écoute téléphonique sur la violence familiale ou un refuge pour femmes, qui pourront vous donner des conseils pratiques et l'aide dont vous avez besoin.
- Ouvrez un compte bancaire séparé.
- Remettez vos papiers importants à un ami ou à un membre de votre famille en qui vous pouvez avoir confiance.

### **Choses à emporter avec vous si vous quittez le foyer**

En cas d'urgence, partez le plus vite possible. Ne prenez pas le temps de ramasser les choses énumérées dans la liste qui suit; partez au plus vite. Mais si vous avez le temps de vous préparer, essayer de partir avec le plus de choses possible.

- Permis de conduire et clés de l'auto;
- Documents importants, tels que les actes de naissance, passeports, etc.;
- Documents de citoyenneté, d'immigration, de garde d'enfants;
- Ordonnances de la cour (engagement à ne pas troubler l'ordre public), cartes d'assurance-maladie, carte d'assurance sociale;
- Carte d'assurance et le numéro d'assurance sociale de votre conjoint(e) ou époux(se);
- Argent, cartes de crédit;
- Carnet de chèques, livret bancaire, obligations d'épargne;
- Carnet d'adresses et de numéros de téléphone;

- Médicaments;
- Clés de la maison;
- Jouets favoris des enfants;
- Vêtements pour quelques jours;
- Bijoux précieux

Si vous envisagez de quitter le foyer, c'est une bonne idée de recueillir certaines de ces choses à l'avance et les placer dans un endroit sûr, au cas où vous décideriez de partir précipitamment

## Où obtenir de l'aide

Il existe plusieurs endroits où obtenir de l'aide si vous êtes victime d'abus, ou si vous pensez être victime d'abus

En voici quelques-uns :

- **Les gens en qui j'ai confiance** : qui sont les gens en qui vous avez confiance? La famille, les amis, d'autres personnes?
- **En cas d'urgence** : si vous avez besoin d'aide médicale de façon urgente ou si vous êtes en danger en Amérique du Nord, vous pouvez composer le 911 ou faire le 0 pour parler à la téléphoniste.
- **La police** : peut vous aider si vous vous sentez menacé(e) physiquement par votre conjoint(e) ou ex-conjoint(e) ou si vous êtes harcelé(e). La police peut vous aider à obtenir une ordonnance de non-communication, ou un engagement de ne pas troubler l'ordre public, qui empêchent l'autre personne de communiquer avec vous, d'aller à certains endroits ou d'avoir accès à des armes à feu ou des munitions.
- **Refuges pour femmes** : pour trouver un refuge dans votre voisinage, communiquez avec Sheltersnet au <http://www.sheltersnet.ca>.
- **Salles d'urgence des hôpitaux** : quels sont les hôpitaux les plus près? Si vous êtes blessé(e), à la salle d'urgence on peut soigner vos blessures et vous aider à trouver les services sociaux de votre quartier.
- **Votre médecin** : vous devriez assurément avertir votre médecin des abus que vous subissez, car il peut vous aider 1) à trouver où obtenir de l'aide dans votre voisinage et 2) si vous avez des blessures physiques (comme des ecchymoses), votre médecin peut vous les soigner et s'assurer qu'elles sont documentées.
- **Services de counseling** :
  - Les enfants et les adolescents peuvent appeler Jeunesse, J'écoute qui offre du counseling gratuit, bilingue et en ligne, 24 heures sur 24, 365 jours par année.
  - Communiquez avec votre Programme d'aide aux employés (PEA) pour voir quels services de counseling sont offerts.
  - Le site Web du Répertoire canadien des psychologues offrant des services de santé dresse la liste des psychologues et des psychologues associés de tout le pays.
  - Le Centre national d'information sur la violence dans la famille offre plusieurs annuaires nationaux: <http://www.phac-aspc.gc.ca/ncfv-cnivf/help-aide-fra.php>
- **Lignes d'information, lignes de secours et lignes d'écoute téléphonique** : les lignes d'aide sont un service gratuit que vous pouvez joindre par téléphone. Vous pouvez y recevoir des avis et conseils sans avoir à divulguer votre nom ou votre numéro de téléphone. En plus des conseils, on vous mettra au courant d'autres organisations où vous pouvez recevoir de l'aide supplémentaire. Consultez l'annuaire téléphonique pour trouver une ligne d'aide dans votre région.
  - Au Canada, composez le 211.
  - Aux É.-U. vous pouvez appeler le National Domestic Violence Hotline au 1-800-799-7233 / 1-800-787-3224 (TTY pour les malentendants)
- **Services juridiques** : peuvent vous aider si vous avez besoin d'aide juridique en cas de questions sur la garde ou le divorce.
  - Services de référence aux avocats : l'Association du Barreau canadien offre un accès aux services de référence aux avocats pour vous aider à trouver un avocat dans votre région. <http://www.cba.org/cba/info/faq/referral.aspx>
  - Programme d'aide juridique : aide les personnes qui ne peuvent pas se permettre des services juridiques. Lien <http://www.justice.gc.ca/eng/pi/pb-dgp/arr-ente/lap-paj.html>
  - Pour de plus amples renseignements à propos des questions juridiques liées à la violence faite aux

femmes, communiquez avec l'Action ontarienne contre la violence faite aux femmes (AOCVF) : <http://francofemmes.org/aocvf/>.

## Remerciements au ministère de la Justice

---

Nos remerciements au ministère de la Justice de nous avoir donné la permission d'adapter le contenu de son fascicule d'information, *La maltraitance est inacceptable*, disponible au <http://www.phac-aspc.gc.ca/ncfv-cnivf/pdfs/fem-abus-wrg-fra.pdf>

## Auteurs

---

Les contributions additionnelles proviennent des membres de eSantéMentale.ca et du Comité éditorial.

## Avis de non responsabilité

---

Les renseignements contenus dans cette brochure sont offerts « tels quels » et sont destinés uniquement à fournir des renseignements généraux qui complètent, mais ne remplacent pas les renseignements donnés par votre intervenant en matière de santé. Communiquez toujours avec un professionnel de la santé qualifié pour tout renseignement supplémentaire concernant votre situation ou circonstance particulière.

## La licence Creative Commons

---

Vous êtes libre de copier et de distribuer ce matériel dans son intégralité tant 1) qu'il n'est pas utilisé de manière à suggérer que nous vous endossons ou que nous approuvons votre utilisation du matériel, 2) que ce matériel n'est pas utilisé à des fins commerciales (non-commerciales), 3) que ce matériel n'est modifié d'aucune façon (pas de travaux dérivés). Voir la licence complète au <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/2.5/ca/>