

les  
mots  
pour  
le  
dire

seine · saint · denis

En France une femme sur dix est victime de violences dans son couple et tous les deux jours, une femme meurt tuée sous les coups de son (ex-) mari, (ex-) compagnon ou ex. A ces chiffres, doivent s'ajouter ceux des autres victimes des violences dans le couple : les enfants.

Les recherches récentes montrent les effets souvent considérables sur les enfants, qui amènent aujourd'hui à considérer les violences dans le couple comme une forme de maltraitance pour l'enfant.

Un des enjeux majeurs de la lutte contre les violences faites aux femmes aujourd'hui, est de reconnaître la souffrance de ces enfants victimes des violences dans le couple, de les protéger et d'arrêter ainsi la reproduction de la violence.

Avec son Observatoire départemental des violences envers les femmes, le Conseil général souhaite poursuivre les actions qui ont fait de la Seine-Saint-Denis un département exemplaire dans la lutte contre les violences faites aux femmes.

C'est le sens de ce deuxième guide d'accompagnement innovant « **violences faites aux femmes, les enfants souffrent - les mots pour le dire** », qui présente aux professionnel-le-s les dernières connaissances concernant l'impact des violences dans le couple sur des enfants - et le modèle de parentalité adapté qui en découle.

Ce guide à la fois théorique et pratique a pour vocation d'aider les professionnel-le-s à accompagner ces mères et ces enfants qui ont trop souvent appris à se taire : comment parler avec l'enfant de la violence, comment l'aider à identifier ses émotions, comment activer du soutien pour l'enfant, la mère, mais aussi le-la professionnel-le ?

Claude BARTOLONE  
Président du Conseil général  
Député de la Seine-Saint-Denis

## sonmaire

### LES VIOLENCES DANS LE COUPLE, UNE FORME DE MALTRAITANCE POUR L'ENFANT

#### 1-

L'ENFANT EXPOSÉ AUX VIOLENCES DANS LE COUPLE EST UN ENFANT À RISQUE - 3

#### 2-

UN DÉFI POUR LA PARENTALITÉ - 6

#### 3-

ROUE DE L'ENFANT VICTIME DES VIOLENCES DANS LE COUPLE / ROUE DE L'ENFANT PROTÉGÉ DES VIOLENCES DANS LE COUPLE - 8

### GUIDE PRATIQUE : AIDER L'ENFANT FACE A SA SOUFFRANCE, LES MOTS POUR LE DIRE

#### 1-

COMMENT PARLER AVEC L'ENFANT DES VIOLENCES DANS LE COUPLE - 10

#### 2-

MOI ET LES VIOLENCES CONJUGALES - 11

#### 3-

IDENTIFICATION DES SENTIMENTS, DES ÉMOTIONS : QU'EST CE QUE JE RESSENS ? - 12

#### 4-

MES ÉMOTIONS ET LES VIOLENCES CONJUGALES - 14

#### 5-

ACTIVER DU SOUTIEN - 14

Ce document a été élaboré, à la demande de l'Observatoire,  
par Karen Sadlier, docteure en psychologie clinique et directrice  
de l'unité enfants et adolescents du centre du psychotrauma  
de l'institut de victimologie de Paris.

## LES VIOLENCES DANS LE COUPLE, UNE FORME DE MALTRAITANCE POUR L'ENFANT



### L'ENFANT EXPOSÉ AUX VIOLENCES DANS LE COUPLE EST UN ENFANT À RISQUE

Les agressions physiques, sexuelles, verbales, psychologiques et économiques qui constituent la violence, créent un climat de vie quotidienne marqué par l'insécurité, l'instabilité et la menace pour l'enfant. Récurrentes et cumulatives, les agressions s'aggravent et s'accroissent dans le temps. Les violences dans le couple ne sont pas une histoire de simples passages à l'acte violents isolés, c'est au contraire un contexte de danger permanent, autant pour l'enfant que pour sa mère. Les actes de violences ne sont que la partie visible de l'iceberg.

L'enfant a peur que sa mère soit blessée ou tuée. Ce climat de terreur affecte l'enfant dans sa construction et son développement. La minimisation et le déni de la violence, la disqualification de la figure maternelle et la loi du silence qui entourent la violence du père ou beau-père sur la mère, font partie des comportements émotionnellement maltraitants et insécurisants pour l'enfant.

Dans certains pays comme la Suède, le Canada ou les Etats-Unis, les violences dans le couple sont reconnues comme une forme de maltraitance qui implique une mise en sécurité de la mère comme de l'enfant. En outre, sachant qu'environ 40% des enfants qui grandissent dans un contexte de violences conjugales subissent eux-mêmes des maltraitements physiques de la part de leur père ou du compagnon de leur mère, une évaluation systématique de la sécurité psychologique et physique de l'enfant devrait être effectuée en situation de violences dans le couple.

En France, la problématique des enfants témoins de violences dans le couple est apparue comme un centre d'intérêt au cours des années 2000, suite à la publication de nombreuses études internationales qui démontrent que ces enfants présentent un risque plus élevé que les autres de développer des troubles affectifs et comportementaux. Repli sur soi, retrait des interactions sociales, angoisses de séparation, actes d'agression envers soi et autrui, sont souvent observés. Des troubles de l'affect, notamment de dépression, d'anxiété et des troubles post traumatiques sont aussi fréquents. Les violences affectent les processus d'attachement, en entravant la possibilité d'un attachement sécurisant, favorisant un attachement angoissé ou désorganisé, et diminuant ainsi les capacités d'autonomisation de l'enfant. Ces processus peuvent être renversés en partie par une mise en protection de l'enfant et sa mère, un accompagnement à la parentalité, et un accès à des soins spécifiques pour les enfants exposés aux violences.

### LES ENFANTS EXPOSÉS AUX VIOLENCES DANS LE COUPLE ONT TENDANCE À ENDOSSER DES RÔLES RIGIDES À L'INTÉRIEUR DE LA DYNAMIQUE FAMILIALE

**L'enfant « petit parent »** est parentalisé vis-à-vis de sa fratrie et de sa mère. Il veille à leur sécurité lors des passages à l'acte violents. Sa position d'enfant-parentalisé induit une autonomie précoce et donc fragile. Il peut présenter un tableau clinique anxio-dépressif.

**L'enfant « confident de la victime »** a accès aux sentiments, aux inquiétudes et aux projets de sa mère. Suite aux passages à l'acte violents, il s'oppose à la minimisation ou au déni de sa mère. L'éventuelle ambivalence de celle-ci vis-à-vis de l'agresseur peut l'amener à perdre confiance en la stabilité du positionnement de l'adulte.

**L'enfant « confident de l'agresseur »**, subit la tendance de l'auteur à justifier sa violence auprès de lui. Il se peut aussi que l'auteur lui demande de le tenir au courant des faits et gestes de sa mère (sorties, dépenses, etc.). L'agresseur récompense l'enfant avec des privilèges ou avec l'absence de mauvais traitements. Cet enfant peut souffrir d'un sentiment de culpabilité vis-à-vis de sa mère, mais risque de s'inscrire dans un processus psychologique d'identification avec l'agresseur pour gérer son angoisse.

L'enfant « petit agresseur » est dressé par l'auteur à agresser sa mère verbalement ou physiquement en sa présence. Cet enfant s'inscrit dans un processus psychologique d'identification avec l'agresseur avec des passages à l'acte violents.

L'enfant « modèle » tente de prévenir la violence. Sa souffrance anxio-dépressive peut passer inaperçue en raison d'une présentation sociale hyper-adaptée.

L'enfant « arbitre » essaie de prévenir la violence en demandant à sa mère de se montrer plus soumise afin de ne pas agacer l'agresseur. Ici encore l'échec de sa tentative de maîtrise de la violence peut participer à une souffrance anxio-dépressive.

L'enfant « bouc émissaire » correspond à celui qui est désigné comme la cause des tensions familiales. Souvent, il s'agit d'un enfant avec un trouble du comportement, un handicap, ou issu d'une union précédente de la mère. Il est perçu comme le déclencheur des violences conjugales. La désignation de cet enfant aggrave son état antérieur d'un point de vue psychologique et altère son image de soi.

Ces rôles peuvent être assouplis une fois que l'enfant n'est plus exposé aux violences. Ainsi, la protection de la mère et de l'enfant ouvre le champ à une amélioration globale.

## LA REPRODUCTION DE LA VIOLENCE

Grandir dans un contexte de violences dans le couple apprend à l'enfant que :

- ⇒ la violence est acceptable dans la relation entre un homme et une femme,
- ⇒ la violence est une manière de résoudre des conflits,
- ⇒ la violence est une manière de gérer la frustration,
- ⇒ la violence peut être niée,
- ⇒ la violence peut être minimisée,
- ⇒ la violence fait partie de l'intimité.

Les enfants exposés aux violences dans le couple sont plus à risque pour reproduire la violence dans les rapports filles - garçons en tant qu'enfant, dans leurs rapports avec leurs mères, et dans leurs relations en tant qu'adulte à l'intérieur de leur propre couple.

**Pour rompre le cycle de la reproduction**, il est essentiel que l'enfant sache qu'il peut s'épanouir dans un contexte de sécurité et que d'autres modèles non-violents et égalitaires existent dans les relations avec autrui.

carte de soutien  
de Margaux 5 ans



## LES EFFETS PSYCHOLOGIQUES

Les enfants exposés aux violences dans le couple ont davantage de souffrance anxio-dépressive que les autres enfants. Des troubles du sommeil et de la séparation sont fréquents. Des difficultés à identifier leurs émotions et à les gérer sont typiques. Des comportements agressifs ou craintifs sont observables chez un nombre significatif. Plus de la moitié présentent des difficultés post-traumatiques avec des pensées intrusives concernant les violences, cauchemars, jeux répétitifs dans lesquels ils mettent en scène la violence, comportements agressifs, difficulté de concentration, irritabilité et hypervigilance.

Certains enfants peuvent présenter une souffrance dissociative au cours de laquelle **des processus neurologiques interviennent qui coupent les enfants de leurs émotions**, les empêchant de ressentir la peur, la colère ou la tristesse. Si la dissociation peut aider l'enfant à vivre la violence sans réaction émotionnelle à court terme, elle empêche l'enfant d'exprimer ses émotions verbalement et de chercher du soutien. Les émotions sont exprimées de manière non élaborée, par le biais de comportements inadaptés, anxieux, agressifs envers soi-même ou les autres. La dissociation participe à des difficultés autant psychologiques que relationnelles graves dans le moyen et long terme.

**Des soins psychothérapeutiques spécifiques** pour les enfants exposés à la violence existent qui permettent de soulager les effets de l'exposition aux violences dans le couple. De tels soins auront davantage d'impact si l'enfant bénéficie déjà d'un environnement familial non-violent.

## LES VIOLENCES DANS LE COUPLE IMPACTENT LE JEUNE ENFANT DE DIFFÉRENTES MANIÈRES

**Entre 0 et 36 mois** : les violences conjugales entravent le processus d'attachement 'sécurisé'. L'enfant peut ressentir la détresse créée par des bruits forts et des images visuelles agressives. Des sentiments de peur et d'insécurité peuvent inhiber l'exploration de l'environnement. Le jeune enfant est exposé à des modèles inadaptés de gestion de la colère. Il observe et intègre alors des modèles violents de résolution de conflit et d'interaction sociale. Le faible niveau de tolérance à la frustration de la part de l'agresseur l'empêche d'apprendre la patience.

**Entre 3 et 6 ans** : c'est la tranche d'âge où les enfants montrent le plus de symptômes externalisés par rapport aux violences conjugales et intériorisent des modèles inadaptés de gestion de la peur et de la colère. Ce sont les signes de souffrance classiques qui apparaissent : troubles du sommeil, troubles de l'alimentation, difficultés de propreté, difficultés de séparation, agressivité ou timidité exagérées. Face à de tels symptômes, le professionnel doit avoir à l'esprit que l'enfant pourrait être exposé aux violences conjugales.

**Entre 7 et 10 ans** : les sentiments de honte et de culpabilité peuvent faire en sorte que l'enfant se coupe des autres, l'empêchant d'accéder à la construction d'une relation adaptée avec ses pairs et aussi de chercher du soutien social. L'enfant est en quête de sens par rapport au monde qui l'entoure et donc par rapport à la violence à laquelle il est exposé. L'enfant peut commencer à devenir un arbitre et décider si la violence est justifiable ou excusable. Il peut aussi intervenir de façon directe dans les violences soit en participant pour soutenir l'auteur ou en se plaçant pour protéger sa mère.

**Dans tous les cas**, face à un enfant qui a vécu la violence conjugale, il est important d'évaluer plusieurs axes :

- le fonctionnement psychologique de l'enfant et la présence de signes de souffrance psychique,
- sa situation de vie (avec et ou sans l'auteur, la victime, en hébergement d'urgence, etc.),
- les capacités parentales de la victime et de l'auteur et le type d'événements auquel l'enfant a été exposé.

Sachant que 40% des enfants exposés à la violence conjugale ont aussi été maltraités par le compagnon violent de leur mère, il est nécessaire d'évaluer systématiquement la présence de la maltraitance physique chez l'enfant.

La protection de l'enfant et de sa mère permettra d'aborder l'impact néfaste de la violence, dans un contexte stabilisant et sécurisant.



## LES PROFESSIONNEL-LE-S PEUVENT TRAVAILLER SÉPARÉMENT AVEC CHAQUE PARENT ET SON ENFANT

LA CO-PARENTALITÉ, UN MODE ADAPTÉ S'IL N'Y A PAS DE VIOLENCES DANS LE COUPLE	LA PARENTALITÉ EN PARALLÈLE, UN MODE ADAPTÉ DANS UN CONTEXTE DE VIOLENCES DANS LE COUPLE
Les parents communiquent ensemble régulièrement.	Les parents communiquent uniquement en cas d'urgence concernant l'enfant.
Les parents communiquent oralement, en face à face ou par téléphone.	Les parents communiquent uniquement par écrit (cahier de correspondance, email, texto) ou via une tierce personne adulte (jamais l'enfant).
Les décisions majeures sont prises mutuellement.	Les décisions majeures sont négociées par écrit ou par une tierce personne.
Les parents travaillent ensemble pour résoudre les problèmes concernant l'enfant.	Chaque parent résout les problèmes concernant l'enfant qui ont lieu quand il est chez lui.
Les parents travaillent ensemble pour le meilleur intérêt de l'enfant.	Chaque parent œuvre indépendamment de l'autre pour le meilleur intérêt de l'enfant et la sécurité de chacun.
La passation de l'enfant se fait en présence des deux parents chez le parent hébergeur.	La passation de l'enfant se fait par une tierce personne et/ou dans un lieu neutre.
Le calendrier des droits de visite peut être flexible pour accommoder des changements dans l'activité de l'enfant.	Le calendrier des droits de visite est rigide. Tout changement doit être stipulé par une ordonnance du magistrat.
Les parents peuvent discuter ensemble des problèmes concernant les enfants. Les modes de discipline sont partagés.	Les décisions quant aux problèmes ou activités de l'enfant sont prises séparément pendant le temps où l'enfant est avec le parent en question. Chaque parent est individuellement responsable pour sa relation avec l'enfant.

### LE TRAVAIL AVEC CHAQUE PARENT DOIT PRENDRE EN COMPTE L'IMPACT DES VIOLENCES DANS LE COUPLE SUR LA PARENTALITÉ

**Les mères victimes de violences dans le couple** ont un niveau de stress plus élevé que les autres femmes. En plus de la souffrance de leur enfant, elles font face à la dangerosité de leur partenaire, à la prise de décisions complexes concernant le fait de rester ou quitter leur partenaire, à des démarches judiciaires et sociales, le tout dans un cadre de soutien souvent affaibli par l'isolement qui caractérise la violence dans le couple. Souvent surprotectrices de leur enfant, elles peuvent avoir des difficultés à leur poser des limites. En souffrance elles-mêmes par rapport aux violences qu'elles ont vécues, elles peuvent manquer de l'énergie nécessaire pour répondre aux besoins de leur enfant. Le soutien à la parentalité chez ces femmes doit prendre en compte l'importance de créer un réseau de soutien parental et une valorisation de leurs compétences maternelles.

**Chez l'auteur de violences dans le couple**, des défis importants existent quant à l'exercice adapté de la parentalité. La recherche montre qu'ils ont souvent des difficultés de type psychopathique qui incluent l'immaturité affective, un manque d'empathie, une faible capacité de remise en question, une difficulté à mettre les besoins de l'enfant avant les leurs, et un faible niveau de tolérance à la frustration. Une tendance à disqualifier le partenaire en tant que parent participera aux conflits de loyauté chez l'enfant. Le soutien à la parentalité chez l'auteur doit donc aborder ces problématiques directement en soulignant l'importance de reconnaître sa violence et ses effets autant sur ses enfants que sur leur mère.



ROUE DE L'ENFANT VICTIME  
DES VIOLENCES DANS  
LE COUPLE /  
ROUE DE L'ENFANT PROTÉGÉ  
DES VIOLENCES DANS  
LE COUPLE



# L'ENFANT PROTÉGÉ DES VIOLENCES DANS LE COUPLE

## L'ENFANT PROTÉGÉ

### PARENTALITÉ EN PARALLÈLE, UN MODE DE PARENTALITÉ ADAPTÉ

- ⇒ priorité pour la sécurité de chacun
- ⇒ reconnaissance par l'auteur de sa responsabilité concernant la violence
- ⇒ réduction du contact victime-auteur autour de l'enfant
- ⇒ diminution du risque de passages à l'acte violents
- ⇒ diminution du conflit de loyauté

### CLIMAT PSYCHOLOGIQUE APAISÉ

- ⇒ environnement paisible et sécurisant
- ⇒ méthodes et pratiques éducatives non violentes
- ⇒ soutien à la parentalité qui prend en compte la violence dans le couple

### SOCIALISATION

- ⇒ modèle de relations homme-femme égalitaire
- ⇒ activation d'un réseau de soutien pour se protéger
- ⇒ apprentissage de stratégies non-violentes pour résoudre conflit et frustration

### SANTÉ PSYCHOLOGIQUE

- ⇒ accès aux soins psychothérapeutiques
- ⇒ possibilité de grandir dans un contexte familial sécurisant, stabilisant et non-violent
- ⇒ soutien séparé de chaque parent dans sa parentalité

### AUTONOMIE ADAPTÉE

- ⇒ responsabilités affectives adaptées à l'âge de l'enfant
- ⇒ valorisation de l'enfant et de ses compétences
- ⇒ place de l'enfant préservé par un environnement non-violent

## GUIDE PRATIQUE : AIDER L'ENFANT FACE À SA SOUFFRANCE, LES MOTS POUR LE DIRE

Inviter l'enfant à parler de ce qu'il a vu, entendu, vécu ; valider ces émotions, identifier et activer des ressources autour de lui, sont parmi les objectifs initiaux d'un entretien de soutien avec l'enfant. Les activités et exercices proposés sont destinés à faciliter ce dialogue avec des enfants à partir de 4 ans.



## COMMENT PARLER AVEC L'ENFANT DES VIOLENCES DANS LE COUPLE

Les enfants sont toujours au courant de la violence dans le couple : 80% d'entre eux voient et entendent les scènes de violence, même si leurs parents ne le pensent pas, et la totalité d'entre eux sont exposés au climat de danger qui va de pair avec les passages à l'acte violents.

On pense parfois que ne pas parler peut aider l'enfant à oublier. On sait aujourd'hui que cette position renforce la souffrance chez l'enfant. En ne parlant pas, on amplifie la loi du silence qui entoure la violence et on participe à sa minimisation et à son déni. Et surtout, on laisse l'enfant isolé avec sa souffrance, ses questions et ses inquiétudes. Ne pas en parler est donc un acte de négligence qui oblige l'enfant à faire face seul, à un contexte de danger.

Parler de la violence permet à l'enfant de sortir de la loi du silence et du déni qui entourent la violence.

**Pour l'auteur de violences conjugales**, parler avec son enfant de sa violence est un acte essentiel. La reconnaissance de la violence et de sa responsabilité par le parent auteur, comme la reconnaissance de la violence par tout parent maltraitant, participe à la validation chez l'enfant de son vécu. Cette reconnaissance pose les bases nécessaires à la construction d'une relation adaptée, qui donne un sens aux attitudes, aux gestes et aux actes qui ont effrayé l'enfant, et qui ont nuit à son développement et à son bien-être.

**La reconnaissance de sa violence et son caractère inacceptable par l'auteur peut participer à diminuer un conflit de loyauté préjudiciable pour l'enfant. Cependant, une telle reconnaissance implique un accompagnement étroit de l'auteur dans sa parentalité.**

CE QUE LE PROFESSIONNEL PEUT DIRE À L'ENFANT	CE QUE LA MÈRE PEUT DIRE À L'ENFANT
<b>Ton père/ beau-père n'a pas le droit de faire ça (nommer les violences en question) ni à ta mère, ni à toi</b>	<b>Ton père/beau-père n'a pas le droit de me faire ça (nommer les violences en question)</b>
<b>Ce que ton père/beau-père a fait s'appelle la violence</b>	<b>Ce que ton père/beau-père a fait s'appelle la violence</b>
<b>La violence n'est pas de ta faute, ni de la faute de ta Maman</b>	<b>La violence n'est pas ta faute, ni de la faute de Maman</b>
<b>Il existe des personnes qui peuvent vous aider toi et ta Maman</b>	<b>Il existe des personnes qui peuvent nous aider</b>



## MOI ET LES VIOLENCES CONJUGALES

Nous allons parler ensemble de la violence conjugale.

Qu'est-ce que signifient les « violences conjugales » ?  
Cela veut dire qu'un parent est frappé ou blessé par l'autre parent ou par son compagnon.

Il y a différentes façons de faire mal ou de blesser.

**On peut faire mal avec la violence des mots :** avec des mots méchants, en insultant, en disant à l'autre qu'il n'est pas quelqu'un de bien ou en lui criant dessus.

**On peut aussi faire mal avec la violence physique :** en tapant, en poussant ou en faisant ou menaçant de toutes sortes de choses qui peuvent faire du mal.

### ⇒ Qui frappe ou blesse dans ta famille ?

---

---

### ⇒ Quelle sorte de violence existe dans ta famille ?

J'ai vu ou entendu que mon père/beau père a fait cela à ma mère :

- |  |   |
|--|---|
| - frapper avec ses mains                               | - donner des coups de pied                          |
| - frapper avec un objet (ceinture, bâton, autre objet) | - brûler  |
| - donner des coups de poing                            | - insulter  |
| - pousser  | - dire des mots méchants, rabaisser, humilier       |
| - donner une claque/gifle                              | - dire des menaces (menacer de tuer, frapper, etc.) |

### ⇒ Est-ce qu'il y a d'autres choses violentes qui se sont passées dans ta famille?

---

---

### ⇒ Quand il y avait des violences dans ta famille, où étais-tu ?

---

---

### ⇒ Que faisais-tu pendant les violences ?

---

---

### ⇒ Est-ce que quelqu'un est venu t'aider ou est venu aider la personne de ta famille qui était frappée ou blessée ?

---

---

### ⇒ Que s'est-il passé ensuite ?

---

---

### ⇒ Qu'est-ce que tu voudrais voir arriver par rapport à la violence ?

---

---

### 3

## IDENTIFICATION DES SENTIMENTS, DES ÉMOTIONS : QU'EST-CE QUE JE RESENS ?

Nous allons parler de tes émotions, de tes sentiments.

### **Mais sais-tu ce que sont les sentiments ?**

Les sentiments, c'est ce que l'on ressent au fond de nous lorsqu'on vit des moments agréables ou désagréables, ou lorsqu'on repense à certains souvenirs. Il existe différents sentiments comme la peur, la joie, la colère, la tristesse.

### MES ÉMOTIONS

Regarde les « smiley » ci-dessous et essaie d'identifier leurs émotions :

Après avoir bien regardé ces smiley, relie le sentiment du smiley avec son visage :



**PEUR**



*joie*



**colère**



*tristesse*

**Et toi, à quel moment te sens-tu comme ce smiley ?**

Ecris à côté du smiley quand tu te sens comme lui :

**Je me sens content-e, heureux-se quand :**

.....

.....

.....

.....

**Je me sens triste quand :**

.....

.....

.....

.....

**Je me sens en colère quand :**

.....

.....

.....

.....

**Je ressens de la peur quand :**

.....

.....

.....

.....

## 4

### MES ÉMOTIONS ET LES VIOLENCES CONJUGALES

**Que ressens-tu quand tu repenses aux violences qui se sont passées dans ta famille ?  
(Présenter les smileys à l'enfant)**

Rappelle-toi que tu peux ressentir différentes émotions au même moment.

**De la peur ?**

**De la tristesse ?**

**De la joie ?**

**De la colère ?**

**Aucune de ces émotions ?**

Quand tu grandis avec la violence, tu peux ressentir beaucoup d'émotions différentes.

Parfois tu te sens comme pris dans un tourbillon de sentiments :  
à un moment tu te sens heureux et puis, d'un coup tu te sens triste, en colère...  
C'est difficile de savoir comment tu te sens et à quel moment.

Parfois, c'est comme si tu ne pouvais plus rien ressentir à propos de la violence, comme si ton cœur était une pierre ou un glaçon.

Être capable d'exprimer tes sentiments avec des mots et des dessins est une des choses que tu peux faire pour faire face à la violence.

## 5

### ACTIVER DU SOUTIEN

Un des facteurs les plus importants pour rompre l'isolement de la violence est d'identifier et d'activer du soutien social.

#### SOUTENIR L'ENFANT

Le soutien social est un des éléments associés à la résilience chez l'enfant. Pour identifier ces soutiens, vous pouvez demander à l'enfant de dessiner ou d'écrire autour de lui les personnes avec qui il peut parler de la violence ou de ses sentiments le concernant. Parmi les questions à avoir à l'esprit :

**A qui peut-il parler de la violence ?**

**Sa carte est-elle pauvre ou riche ?**

**Pouvez-vous l'aider à penser aux personnes qui sont des soutiens ou bien à les trouver ?**

CARTE de soutien d'un enfant



La fillette de 4 ans est à droite sur le dessin.  
À gauche, sur la 1<sup>er</sup> ligne : la mère, l'oncle et la tante, sur la 2<sup>e</sup> ligne : la maîtresse ;

#### SOUTENIR LA MÈRE POUR MIEUX SOUTENIR L'ENFANT

Renforcer la parentalité et travailler avec un modèle de parentalité en parallèle contribuera à améliorer la sécurité réelle dont l'enfant traumatisé a tellement besoin. Pour cela, il faut aussi identifier et activer du soutien autant logistique, émotionnel que parental autour de la mère.

Vous pouvez proposer aux femmes de faire leur propre carte de soutien logistique (qui m'aide avec des démarches sociales, légales, etc.), une carte de soutien parental (qui m'aide en tant que mère ?) et une carte de soutien émotionnel (à qui puis-je dire ce que je ressens ?).

**Est-elle satisfaite de ses cartes de soutien ?**

**Veut-elle ajouter des personnes ? Qui ?**

**Comment décider si elle peut leur faire confiance ?**

Voilà plusieurs thèmes à travailler avec une femme victime de violence.

**SOUTENIR LE-LA PROFESSIONNEL-LE  
POUR FAIRE FACE AUX VIOLENCES**

Accompagner les femmes victimes de violences dans leurs droits, leur faciliter l'accès aux intervenants spécialisés permettra de tisser un réseau de soutien qui rompt l'isolement de la violence. Il est impossible de faire face à la violence, seul. Pourtant, la violence a pour effet de nous isoler nous aussi en tant que professionnel-le. Ainsi, il devient primordial de nourrir notre propre réseau de soutien.

**Quel est votre réseau autour des violences conjugales ?**

---

---

---

---

---

**Pouvez-vous le dessiner ici ?**

---

---

---

---

---

**Est-il assez riche ? Qui manque ?**

---

---

---

---

---

**Comment trouver des partenaires spécialisés ou bien renforcer le partenariat avec des partenaires existants ?**

---

---

---

---

---

**POUR UNE PRISE EN CHARGE  
PSYCHOLOGIQUE ADAPTÉE**

- ⇒ Consultations de victimologie adulte
- ⇒ Consultations de victimologie enfant

**POUR DE L'ACCOMPAGNEMENT  
SPÉCIALISÉ**

- ⇒ SOS femmes 93

**POUR DES PROBLÈMES SOCIAUX  
OU ÉCONOMIQUES**

- ⇒ Service social départemental
- ⇒ RSA
- ⇒ SDAF
- ⇒ CAF

**POUR DES PROBLÈMES DE DANGER,  
DE MISE EN PROTECTION ET/  
OU DE SÉCURITÉ**

- ⇒ Commissariat
- ⇒ UMJ
- ⇒ TGI de Bobigny  
(Ordonnance de protection)
- ⇒ SOS Victimes 93  
(Femmes en très grand danger)

**CARTE  
DE SOUTIEN  
DU / DE LA  
PROFESSIONNEL-LE**

**POUR DES PROBLÈMES DE LOGEMENT  
OU D'HÉBERGEMENT**

- ⇒ SOS femmes 93
- ⇒ ADN 93
- ⇒ La main tendue
- ⇒ 115
- ⇒ Service social départemental
- ⇒ Service logement ou social  
de la ville

**POUR DES PROBLÈMES DE SANTÉ**

- ⇒ PMI - Planification familiale
- ⇒ MFPP
- ⇒ CMS

**POUR LES QUESTIONS JURIDIQUES**

- ⇒ SOS Victimes 93
- ⇒ CIDFF 93
- ⇒ Permanence téléphonique des Avocats

**OBSERVATOIRE**  
des violences envers les femmes  
du Conseil général de la Seine-Saint-Denis  
☎ : 01 43 93 41 93  
eronai@cg93.fr  
[www.seine-saint-denis.fr](http://www.seine-saint-denis.fr)

## CONTACTS UTILES

### ASPECTS JURIDIQUES

Madame la Procureure de la République  
**Tribunal de grande Instance de Bobigny**  
173 avenue Paul Vaillant Couturier - 93003 Bobigny  
☎ : 01 48 95 13 93

Bureau d'aide juridictionnelle  
173 avenue Paul Vaillant Couturier - 93008 Bobigny  
☎ : 01 48 95 13 93

SOS Victimes 93  
5, rue Carnot - 93000 Bobigny  
☎ : 01 41 60 19 60

Centre d'Information sur les Droits des Femmes  
et des Familles en Seine-Saint-Denis CIDFF 93  
Permanences téléphoniques : ☎ : 01 48 36 99 02

Ordre des Avocats du Barreau de la Seine-Saint-Denis  
Services au Palais de Justice  
173 avenue Paul Vaillant Couturier - 93003 Bobigny  
☎ : 01 48 96 20 96

Maison de l'Avocat et du Droit  
11/13 rue de l'Indépendance - 93011 Bobigny cedex  
☎ : 01 41 60 80 80

Permanence téléphonique des Avocats  
tous les vendredis (10h00 - 18h00)  
☎ : 01 48 96 20 95

### LES HÉBERGEMENTS D'URGENCE POUR LES FEMMES VICTIMES DE VIOLENCES

Amicale du Nid 93  
50 rue des Alliés - 93800 Epinay-sur-Seine  
☎ : 01 49 71 35 27

La main tendue  
10 rue des cités 93300 Aubervilliers  
☎ : 01 43 52 00 11

SOS Femmes 93 / CHRS  
4 rue Yvonne - 93140 Bondy  
☎ : 01 55 89 00 88

Samu Social 93  
☎ : (n°vert) : 115

### LES CONSULTATIONS DE VICTIMOLOGIE :

CDDPS d'Aubervilliers (mardi matin)  
1 rue Sadi Carnot - Aubervilliers  
☎ : 01 48 33 00 45

CDDPS de Montreuil (mercredi après-midi)  
77, rue Victor Hugo - Montreuil  
☎ : 01 48 58 62 07

CDDPS de Noisy-le-Grand (mardi matin)  
12, place Georges Pompidou - Noisy-le-Grand  
☎ : 01 43 04 66 00

CMS de Romainville  
15, rue Carnot - Romainville  
☎ : 01 41 83 17 70

CMS H. Barbusse de Saint-Denis  
(à compter du 7 janvier 2011)  
62, av. Gabriel Péri - Saint-Denis  
(adresse provisoire durant les travaux)  
☎ : pour prise de RDV 01 42 43 46 97

Centre du Psychotrauma  
de l'Institut de Victimologie de Paris (CPIV)  
131, rue de Saussure - 75017 Paris  
☎ : 01 43 80 44 40

### LES ASSOCIATIONS LUTTANT CONTRE LES VIOLENCES CONJUGALES

SOS Femmes 93 - Lieu d'accueil et d'orientation  
3, allée du Moulin - 93140 Bondy  
☎ : 01 48 02 00 95

Femmes Solidaires 93  
12, avenue Edouard Vaillant - 93000 Bobigny  
☎ : 01 48 47 44 97

Mouvement Français du Planning Familial  
de la Seine-Saint-Denis (MFPF 93)  
Immeuble Edouard Vaillant  
22, Bd Félix Faure - 93200 Saint-Denis  
☎ : 01 55 84 04 04

Violences conjugales Femmes Info Service  
☎ : 39 19

### LES ASSOCIATIONS PARTENAIRES

Association Européenne contre les Violences faites aux  
Femmes au Travail (AVFT)  
Permanence téléphonique  
☎ : 0145 84 24 24

Collectif Féministe Contre le Viol (CFCV)  
☎ : N° vert : 0 800 05 95 95

### Direction départementale de la Cohésion sociale

Mission Départementale aux Droits des Femmes  
et à l'Égalité  
Immeuble l'Européen 5/7 promenade Jean Rostand -  
93005 Bobigny  
☎ : 01 41 60 70 57

### LES SERVICES DU DÉPARTEMENT DE LA SEINE-SAINT-DENIS

CRIP 93  
☎ : 0 800 000 093

Direction de l'Enfance et de la Famille  
Service de la Protection Maternelle et Infantile  
☎ : 01 43 93 81 06

Bureau de la Planification Familiale  
☎ : 01 43 93 81 06

Service de l'Aide Sociale à l'Enfance  
☎ : 01 43 93 81 75

Direction de la Prévention et de l'Action Sociale  
Service social départemental  
☎ : 01 43 93 83 71

Service départemental des aides financières  
☎ : 01 43 93 86 05

Observatoire des violences envers les femmes  
du Conseil général de la Seine-Saint-Denis  
☎ : 01 43 93 41 93