

# VIOLENCE<sup>le Mag'</sup> S

Hors-Série du magazine municipal | Mars 2023

*Tendances*  
En vie d'or

*Mode*  
Beautés  
cachées

*Au-delà des  
apparences...*



**P**our la deuxième année consécutive, les faits de violences intrafamiliales sont en hausse. Particulièrement celles faites aux femmes. Cela est en grande partie dû à la libération de la parole des victimes, mais également à une attention accrue de toute la société, grâce à une plus grande visibilité sur cette question. C'est dans cette lignée que s'inscrit ce Mag'Violences, qui a mobilisé nombre de femmes et d'hommes sensibles à cette cause.

*« Si on veut obtenir quelque chose que l'on n'a jamais eu, il faut tenter quelque chose que l'on n'a jamais fait. » Périclès*

Cette phrase guide notre action, depuis maintenant trois ans, dans la lutte contre les violences intrafamiliales. C'est ainsi qu'a vu le jour ce magazine dont le troisième numéro vous est présenté aujourd'hui.

Après avoir abordé les formes et les lieux de violences, c'est l'invisible, les traces intérieures, et la reconstruction qui seront le fil rouge de cette édition.

Des nuits seules face à soi-même, pleines de cauchemars, d'images, envahissant chaque millimètre de son esprit.

Des doutes, des peurs permanentes pour soi et pour ses enfants, sur ce qui peut, va arriver ou s'est passé, la prochaine violence, la prochaine épreuve...

Être toujours sur ses gardes dans la rue, chez soi ou derrière son écran.

Déposer une plainte, raconter son histoire encore et encore, avec ce sentiment de ne pas être entendue ou comprise.

Chacun de ces moments, chacune de ces épreuves, marque profondément et durablement les esprits, la « psyché », et transforme les êtres.

Tous et chacun d'entre nous pouvons agir : collectivités, institutions, associations, citoyens. Obtenons ensemble une chose que l'on n'a jamais eue ! La fin des violences faites aux femmes.

*« L'utopie est la vérité de demain. »*

*Victor Hugo*

Alors que faut-il tenter? Que n'a-t-on encore jamais fait? Que peut-on encore faire?

Poursuivre ce travail d'information qui a largement contribué à libérer la parole.

Avec bienveillance, entendre et écouter chacune des victimes et co-victimes, que des mots soient posés ou non.

Adapter l'accueil que nous faisons à chacune de ces femmes afin de prendre en compte toutes ces traces intérieures que nous ne pouvons voir mais qui sont bien présentes et ne pas y ajouter de nouvelles blessures.

S'appuyer sur toutes les ressources dont nous disposons et qu'elles jugeront nécessaires pour les accompagner dans leur reconstruction.

Entendre la parole des victimes pour créer de nouvelles pratiques.

Poursuivons le travail engagé! Éducation, culture, formation, solidarité sont autant de leviers à mobiliser pour que les choses évoluent encore.

Mobilisons-nous, prenons notre part de cette lutte pour un avenir plus lumineux pour nos mères, nos sœurs et nos enfants! •



**Djena DIARRA**

Adjointe au Maire  
en charge des politiques  
de prévention et  
des droits des femmes.

Ville de  
Montfermeil.

# le Mag'

# VIOLENCES

## Sommaire

4

*Au-delà du sourire*

8

*Au-delà de la victime*

11

*Au-delà du virtuel*

15

*Des mots sur les maux*

19

*Se reconstruire*

23

*Numéros utiles*

**Remerciements** Michaël Guichard, Photographe • Alexandra Pavlova, Styliste • Diaguilie Ba, Assistante stylisme • Mathilde Hamon, Coiffeuse-maquilleuse • Alicia Le Moigne, Mannequin • Elena Dogotari, Mannequin • Ivana Stojakovic, Mannequin • Sara Dos Santos, Mannequin • Victoria Mottet, Psychologue clinicienne • Corinne Lorin, Coordinatrice réseau Maison des Ados - AMICA • Eros Sana, Président de l'association Eq'In Tech • Céline Hannequin, Intervenante sociale au Commissariat • Patrice Fernandes, Chef du service accès au droit - Etablissement Public Territorial Grand Paris Grand Est • Radija Mechmache, Gréffière à la Maison de la Justice et du Droit - Ministère de la Justice • Alissata Ndiaye, Présidente de la Fédération GAMS • Jasmine Broby, Coordinatrice des Contrats Locaux de Santé de Montfermeil-Clichy-sous-Bois • Avec la participation des services municipaux et un remerciement tout particulier à Auriane You et Grégory Dell.

**Crédits** HORS SÉRIE du magazine municipal de la ville de Montfermeil • Mairie de Montfermeil 7-11, place Jean-Mermoz, 93370 Montfermeil • 01 41 70 70 70 • contact@ville-montfermeil.fr • [f/villeMontfermeil](https://www.facebook.com/villeMontfermeil) • [i/Montfermeil\\_Off](https://www.instagram.com/Montfermeil_Off) • **Directeur de publication** Xavier Lemoine • **Rédaction** Direction de la Communication avec les contributions de : Groupement Hospitalier Intercommunal Le Raincy-Montfermeil • Réseau Maison des Ados Amica • Association Eq'In Tech • Intervenante sociale - Commissariat Clichy-sous-Bois | Montfermeil • Maison de la Justice et du Droit • Fédération GAMS • Direction Vie des quartiers et Citoyenneté • **Maquette et mise en page** Direction de la Communication • **Crédits photos** Visuels supervisés par la Direction Vie des quartiers et Citoyenneté : **Photographe** Michaël Guichard • **Stylisme** Alexandra Pavlova • **Tenues** : Couverture : Trench et Chemise Mathilde Lhomme - Boucles d'oreilles et Chaîne Niiki | Page 4 : Robe Camille Juge - Boucles d'oreilles vintage - Chaussures Alzuarr - Lunettes de soleil Mango | Page 8 : Robe Imane Ayissi - Gants Thomasine - Boucles d'oreilles Niiki | Page 11 : Robe Mathilde Lhomme - Boucles d'oreilles vintage | Page 13 : Combinaison Mathilde Lhomme - Boucles d'oreilles et bague Niiki | Page 15 : Robe verte Marie-Lucile Bruno - Boucles d'oreilles vintage - Bague Niiki - Costume bleu Marie-Lucile Bruno | Page 19 : Robe Imane Ayissi - Béret Mathilde Lhomme - Bague Niiki | Page 21 : Manteau Marie-Lucile Bruno • **Coiffure-Maquillage** Mathilde Hamon • **Impression** Imprimerie Desbouis-Grésil • **Tirage** 12 500 exemplaires • Dépôt légal à parution.

# *Au-delà du sourire*



• Contribution de l'Unité d'Accompagnement Personnalisé des femmes vulnérables et victimes de violences du Groupement Hospitalier Intercommunal Le Raincy-Montfermeil

*Selon une enquête de l'INSEE<sup>1</sup>, on estime le nombre de femmes, âgées de 18 à 75 ans, victimes de violences conjugales à 213 000. Parmi elles, seules 18 % déclarent avoir déposé une plainte en commissariat ou gendarmerie.*

**L**es violences excluent et isolent. Il n'est pas rare que la victime de violences ait reçu aide et conseils de ses proches, soutien financier, orientation vers des professionnels. Pourtant, rien de tout cela n'a aidé. Les proches témoignent alors d'un sentiment d'impuissance face à « l'inaction » des victimes de violence.

Pour ne pas les juger, ne pas les abandonner et mieux savoir les accompagner, il nous faut comprendre les conséquences psychiques dues à ces violences.

Donner du sens à sa souffrance, c'est ce qui permettra à la victime de sortir du cycle de la violence.

### *Le traumatisme psychique :*

Le traumatisme psychique se lit dans un premier temps comme une difficulté à prendre conscience des violences subies.

Le premier acte surgissant d'abord de manière isolée, comme une « erreur » censée ne pas se reproduire, laisse la victime sous le choc. Face au stress extrême provoqué par les violences, le cerveau « disjoncte » - mécanisme de survie - laissant la victime sidérée et anesthésiant ses affects et ses douleurs physiques. La violence des faits est telle qu'elle ne peut être analysée et intégrée par le psychisme.

Les événements traumatiques restent alors comme en suspens, capables d'être ravivés et revécus par la victime sous la forme de flash-back.

### *Fragilité identitaire; devenir l'ombre de soi-même :*

Pendant tout le temps des violences, la victime est réduite à néant.

Les paroles accusatrices et haineuses de l'agresseur résonnent en son absence et elle les perçoit comme provenant d'elle. Son estime d'elle-même est affaiblie. Elle se dévalorise, se pense impossible à aimer et reconnaît finalement sa « chance » d'être unique aux yeux de son conjoint violent.

### *Sentiment de culpabilité :*

De cette autocritique faussée, qui rend « légitimes » les violences subies, découle un sentiment de culpabilité majoritairement présent dans le discours des femmes victimes de violences conjugales.

Elles culpabilisent d'avoir « consenti » à cette relation, de l'avoir laissée s'installer et se demandent : « comment en suis-je arrivée là ? Pourquoi moi ? ».

Parallèlement, les remarques négatives vécues comme provenant d'elles, excusent le conjoint violent et le justifient sur la base de cette interprétation erronée (exemple : face à une jalousie très marquée, la victime pensera « il tient à moi »).

Dans cette relation d'emprise, les victimes vivent ces violences comme une punition venant répondre à quelque chose qu'elles auraient fait.

<sup>1</sup> Enquête Insee « Cadre de vie et sécurité », 2012-2019.

“ Les victimes culpabilisent d’avoir  
« consenti » à cette relation, de l’avoir  
laissée s’installer et se demandent :  
« Comment en suis-je arrivée là ?  
Pourquoi moi ? ».

### *Honte et silence :*

Lorsque la victime a pris conscience des violences subies, vient ensuite un sentiment de honte qui la plonge dans le silence. Car, si le premier acte survient de manière isolée, lorsqu’ils commencent à se répéter, la victime se retrouve confrontée à un dilemme : soit se taire et chercher elle-même une solution au conflit, soit témoigner et demander de l’aide. Mais cette deuxième

option nécessite de braver le sentiment de honte et d’assumer l’étiquette de « femme battue » dans laquelle elle ne se reconnaît pas. Le déni protège la victime ; elle n’accepte pas la fatalité de la situation et croit être capable de la gérer en mettant en place toutes sortes de stratégies pour ne pas « brusquer » son conjoint.

Pourtant, bien que cela soit loin d’être simple, témoigner des violences est souvent la première étape pour les faire cesser. •

## DISPOSITIFS D’ÉCOUTE, D’ALERTE ET D’ACCOMPAGNEMENT

### **SOS Victimes 93**

Assure des permanences avec des juristes et des psychologues dans tout le département de Seine-Saint-Denis

• **Permanence Juridique** | Prise de rendez-vous par téléphone à la **Maison de Justice et du Droit** de Montfermeil-Clichy-sous-Bois  
4 bis, allée Romain Rolland - 93390 Clichy-sous-Bois

☎ **01.41.70.38.20 Permanence le jeudi de 9h15 à 12h30**

• **Permanence psychologique** | Prise de rendez-vous par téléphone

☎ **01 41 60 19 60 Accessible du lundi au vendredi 9h-12h | 13h-17h30**

**BOBIGNY** → **Du lundi au vendredi • 9h-12h | 13h-17h30**

3 rue Carnot - 93000 BOBIGNY

**ÉPINAY-SUR-SEINE** → **Tous les mardis de 9h à 12h**

**Centre socio-culturel Nelson Mandela** - 64, Av. de la Marne - 93800 ÉPINAY

**SOS Femmes 93** ☎ **01.48.48.62.27 accessible de 14h à 17h du lundi au vendredi | Permanence le jeudi de 9h15 à 12h30**

**Violences Femmes Info** ☎ **3919 Appel gratuit et anonyme**





# *Au-delà de la victime*

*En France, le nombre d'enfants et d'adolescents exposés à la violence conjugale est estimé à 4 millions. Même si beaucoup reste à faire, ils sont de mieux en mieux reconnus comme co-victimes des violences conjugales – violences considérées comme une forme de mauvais traitement sur enfant. Afin de mieux comprendre comment les violences conjugales affectent les enfants ainsi que la parentalité dans son ensemble, nous avons rencontré Anne Savarit, psychologue et directrice de la Maison des Ados Amica, structure installée à Clichy-sous-Bois et notamment soutenue par la ville de Montfermeil.*

• Contribution de la Maison des Ados - Association AMICA

**P**our bien grandir, tous les enfants ont le besoin fondamental de se sentir en sécurité. Or, un enfant témoin des violences que subit son parent ne peut pas se sentir en sécurité. Par ailleurs, même si ce n'est pas la majorité des cas, certains enfants endurent directement des violences physiques ou psychologiques. Il arrive aussi que les violences soient plus insidieuses, par exemple lorsque l'enfant est au cœur d'un chantage exercé sur la mère ou lorsqu'il se retrouve à jouer un rôle qui ne devrait pas être le sien (protecteur, médiateur, instrumentalisé par le parent violent...). La violence conjugale fait émerger des tensions à tous les niveaux : entre parent victime et enfant – entre parent auteur et enfant – entre frère et sœur. Toute la sphère familiale est affectée. Quel que soit leur degré, les violences conjugales ne sont pas compatibles avec un climat familial propice au bon développement de l'enfant et de l'adolescent.

**Les parents sont-ils toujours conscients des effets des violences conjugales sur leurs enfants ?**

Certains parents pensent que les enfants ne sont pas concernés et donc qu'ils ne sont pas affectés par les violences conjugales. Idée fautive, car même lorsqu'ils n'assistent pas directement aux violences, ils ressentent la terreur, la honte et l'insécurité qui règnent au sein du foyer. Ne pas parler des violences conjugales ne protège pas des violences ! Nous accueillons parfois des mères qui n'ont pas encore pris conscience qu'elles sont victimes de violences conjugales. Comprendre que leur enfant est en souffrance du fait de ces violences peut alors agir comme un levier : c'est quand elles comprennent que leur enfant est en danger qu'elles trouvent la force d'aller porter plainte.

**Comment repère-t-on un enfant co-victime de violences conjugales ?**

L'impact des violences conjugales peut se traduire différemment selon l'âge et la situation : chez le jeune enfant, on peut observer des difficultés en lien avec le sommeil, une crainte exacerbée d'être séparé de la mère, des troubles alimentaires, des difficultés scolaires, ou de l'agressivité sur les autres. À l'adolescence, des problématiques similaires peuvent apparaître mais cette période de grands changements amène aussi des difficultés spécifiques. L'adolescent est en pleine construction, il est à la fois fragile et plein de ressources. Beaucoup d'adolescents viennent pour des problèmes de

déscolarisation, d'agressivité ou de mal-être qui dissimulent une problématique de violence conjugale. L'adolescent co-victime de violences conjugales peut être en proie à différents sentiments : faible estime de soi, tristesse, colère, agressivité, etc. De plus, alors qu'un processus de séparation doit commencer, l'enfant et sa mère sont « collés » par la violence, mettant ainsi à mal cette étape

clé du développement de l'adolescent. L'adolescence est un moment charnière propice à la résurgence des dommages causés psychologiquement par les violences conjugales. Il est important de souligner que même des violences passées peuvent générer de la souffrance psychique chez un enfant ou un adolescent, preuve que les violences conjugales peuvent laisser des blessures durables si elles ne sont pas considérées avec attention.

**Comment les violences conjugales nuisent-elles à l'exercice de la parentalité ?**

Comment une femme peut-elle pleinement jouer son rôle de mère quand elle subit les coups, l'humiliation, les insultes ou

*« La violence conjugale fait émerger des tensions à tous les niveaux. Toute la sphère familiale est affectée. »*

les privations de liberté? Une femme en souffrance est une mère en souffrance et cela impacte inévitablement sa relation avec ses enfants. Cette femme peut être déprimée, faire preuve d'agressivité ou présenter un stress post-traumatique et, par conséquent, ne plus être pleinement en capacité de se connecter à ses enfants. En parallèle, les violences conjugales peuvent entacher le regard que l'enfant porte sur son parent. Paradoxalement, c'est parfois avec le parent victime que les relations peuvent être les plus difficiles. Ainsi nous voyons beaucoup d'adolescents qui ressentent de la colère et de l'incompréhension face à une mère qui subit. Il peut même arriver que ceci débouche sur des formes de violence à l'égard de cette mère.

### **Comment abordez-vous la question des violences conjugales ?**

Cette problématique est parfois clairement amenée par le jeune ou le parent dès le début de la rencontre; mais parfois il faut plusieurs rendez-vous avant que cette problématique n'émerge, du fait de la honte ou la peur de représailles si l'existence des violences est révélée. Dans la majorité des cas, nous proposons dans un premier temps un travail mère-ado afin de « travailler » la question des violences conjugales, puis nous apportons un accompagnement éducatif ou un suivi psychologique au jeune afin de le soutenir

individuellement. Nous travaillons en étroite collaboration avec les intervenantes sociales des commissariats ainsi qu'avec des lieux de prise en charge psychologique vers lesquels nous orientons les mères victimes. Il arrive également que des situations soient signalées aux professionnels de la Protection de l'Enfance. Au fil des années, nous avons vu augmenter le nombre de jeunes co-victimes de violence conjugale, d'une part parce que cette question est de moins en moins taboue et d'autre part parce que nous, professionnels, y sommes aussi plus attentifs. Néanmoins la gravité de certaines situations est toujours un choc.

### **En conclusion, comment peut-on, selon vous, améliorer les choses ?**

Il est important de repérer et de soutenir les victimes et les co-victimes, mais il est également essentiel de prévenir. Cela passe notamment par l'éducation donnée aux enfants. Filles comme garçons doivent apprendre que toute forme de violence est inacceptable et que, même au sein de la famille et du couple, elle est punie par la loi. Il nous tient également à cœur de veiller à ce que les jeunes filles et jeunes garçons que nous recevons ne soient pas un jour victimes ou auteurs de violences conjugales, que ce soit dans leurs premières relations amoureuses ou plus tard dans leur vie d'adulte. •

## **DISPOSITIFS D'ÉCOUTE, D'ALERTE ET D'ACCOMPAGNEMENT**

### **Rappel à la Loi**

#### **Article D.1-11-1 du Code de Procédure Pénale :**

« En cas de violences commises au sein du couple ou/et lorsque les faits sont commis par l'ancien conjoint, l'ancien concubin ou l'ancien partenaire lié à la victime par PACS, le Procureur de la République vérifie, si ces violences ont été commises en présence d'un mineur et si la circonstance aggravante prévue est caractérisée, afin que les poursuites soient engagées sur le fondement de ces dispositions. »

#### **Maison des ados AMICA ☎ 01.43.88.23.64**

3 allée Etienne Laurent - 93390 Clichy-sous-Bois

**Accueil avec ou sans rendez-vous - GRATUIT ET CONFIDENTIEL**

#### **Allô Enfance en danger ☎ 119**

Le 119 est le numéro national dédié à la prévention et à la protection des enfants en danger ou en risque de l'être.



# *Au-delà du virtuel*

• Contribution de  
l'Association Eq'In Tech

*Avec la généralisation des smartphones, tablettes et autres plateformes numériques, le « virtuel » fait désormais partie du quotidien des plus jeunes. Leur vie hors ligne est profondément « concurrencée », impactée par leur vie en ligne. Mais à côté des merveilles que recèlent internet, existent aussi, malheureusement, les risques liés aux violences en ligne.*

**L**es violences en ligne, également appelées « cyberviolences » ou « cyberharcèlement », désignent tout acte de violence, d'intimidation, de menace ou d'abus commis via les moyens technologiques de communication tels que les réseaux sociaux, les messageries instantanées, les forums en ligne, les courriels ou les SMS. Dès que l'on utilise un ordinateur, une tablette numérique, un smartphone, une console de jeux, voire une télévision ou une box internet, on se retrouve potentiellement concerné. Selon une étude de l'association e-Enfance, 20 % des enfants âgés de 8 à 18 ans ont déjà été victimes de cyberharcèlement, dont 14 % en primaire et 21 % au collège. Les premières cibles sont à 51 % des filles, âgées de 13 ans en moyenne. Selon une étude de l'institut Ipsos, 31 % des parents déclarent que leur enfant a été, au moins une fois, victime de cyberviolence.

Les violences en ligne peuvent inclure des actes tels que :

- **Le harcèlement en ligne** : Ce peut être des commentaires offensants, des insultes, des moqueries, des menaces ou des propos diffamatoires.
- **La diffusion de rumeurs en ligne** : La diffusion de faits ou de ragots, avérés ou inventés, à propos d'une personne sur les réseaux sociaux.
- **La publication non autorisée de photos ou de vidéos intimes**, qui peut s'appeler le « revenge porn », ou « porndivulgaration ».
- **La menace de publication de photos ou de vidéos intimes**, c'est ce que l'on appelle « sextorsion ».

- **Le doxing**, qui consiste à publier des informations personnelles permettant d'identifier une personne sur Internet sans son consentement, telles que son adresse, son numéro de téléphone, son adresse e-mail, son nom, son lieu de travail etc.

- **Le swatting** : le swatting est une forme de harcèlement en ligne consistant à faire venir les forces de l'ordre à la résidence d'une personne en faisant croire qu'une urgence grave s'y produit.

- **L'exhibitionnisme en ligne**, qui comprend l'envoi de photos ou de vidéos à caractère sexuel sans le consentement de la personne concernée.

- **La prédation en ligne**, y compris la rencontre avec des enfants pour des activités sexuelles illégales.

Les conséquences des violences en ligne sont dévastatrices. La société en général, et les professionnels de l'enfance (autorités publiques, éducation nationale, pédiatres, psychologues etc.), commencent à peine à appréhender l'étendue réelle de ses effets. En cause, le fait que les victimes de ces violences peuvent ignorer qu'elles sont victimes de telles actions.

Au-delà du fait de ne pas connaître les mécanismes liés aux violences en ligne, une partie des victimes vont avoir conscience des conséquences psychologiques qui les frappent, sans pour autant réussir à les lier aux violences en ligne. Ce qui ne favorise pas la prise en charge de leur suivi psychologique.

Mais nous parlons des effets psychologiques des violences en ligne. Or, ces violences « virtuelles » ont aussi des conséquences bien réelles sur la vie des jeunes. Quelles sont ces conséquences concrètement ?



Tout d'abord, la dépression. Le harcèlement en ligne peut entraîner une détérioration de l'humeur et de l'état émotionnel, entraînant ainsi une dépression. Les victimes peuvent se sentir découragées, sans espoir et perdre tout intérêt pour les activités qu'elles appréciaient auparavant. Ainsi, une ado qui adorait le tennis, va peu à peu perdre toute motivation pour l'entraînement. Il peut en être de même pour une matière ou pour l'école.

En plus de la dépression, les victimes de violences en ligne peuvent également développer de l'anxiété. Cette anxiété peut entretenir la peur d'être harcelé à nouveau ou d'être exposé à un contenu offensant ou blessant. Cela peut également sortir du champ propre du numérique et entraîner

une anxiété sociale accrue qui impacte tous les aspects de la vie de la victime. Sur le terrain, de nombreux professionnels constatent des comportements d'enfermement. Des jeunes n'osent plus aller en ligne, n'osent plus aller à l'école et, parfois, n'osent même plus sortir de chez eux.

La baisse de l'estime de soi est souvent l'un des effets des violences « virtuelles » qui peuvent avoir un impact négatif sur la confiance en soi et l'estime de soi, surtout pour les enfants, les adolescents ou les jeunes adultes, qui sont dans une phase particulièrement sensible de leur construction psychologique. À cette baisse de l'estime de soi, succèdent quasi systématiquement des sentiments de

honte et de culpabilité. Paradoxalement, les victimes développent la honte de voir ces propos ou ces images exposés, et la culpabilité de ne pas avoir été suffisamment fortes, intelligentes ou avisées pour éviter le cyberharcèlement.

Il existe une autre conséquence psychologique dont on parle peu : le mimétisme comportemental. Il arrive que des victimes deviennent à leur tour auteurs de cyberharcèlement. Elles vont imiter le comportement de leurs bourreaux. Pourquoi? Pour différentes raisons. La première d'entre elles étant celle de la recherche éperdue de la validation sociale. Si le cyberharcèlement perdure autant, c'est notamment parce que leurs auteurs assoient souvent leur domination ou leur appartenance à un groupe social grâce à lui. Un jeune cyberharceleur qui est exclu d'un groupe qui le harcèle, peut intégrer un autre groupe en harcelant à son tour un autre jeune.

Cela nous permet d'aborder un autre angle mort en matière de conséquences psychologiques des violences en ligne : les conséquences pour les auteurs. Car oui, l'auteur de ces violences n'est pas immunisé contre leurs effets.

Ainsi, la santé mentale des auteurs de violences en ligne peut ainsi être affectée par un sentiment de toute-puissance : il ou elle peut TOUT, n'a pas de limite dans son pouvoir, dans sa capacité à atteindre les gens et à les contraindre à sa volonté. Ce sentiment de toute-puissance peut d'ailleurs s'accompagner par une absence partielle ou totale d'empathie. Les auteurs de violence en ligne sont amenés à ne pas ressentir de compassion ou de sollicitude pour les victimes de leurs agressions en ligne. Pour eux, ces victimes n'existent pas ou peu. Et ceci d'autant plus que les réseaux sociaux et internet, espaces où règnent pseudos, avatars et autres éléments d'anonymisation, favorisent la déshumanisation des gens, qui n'y sont que des « comptes », des « abonnés », des « followers ».

Enfin, existe aussi la dissociation cognitive. Justement, vu que ce n'est « que virtuel », vu

que ce n'est que derrière un écran, que je n'attaque qu'un compte, les auteurs peuvent d'autant plus se détacher émotionnellement de leurs actions en ligne. « Ce n'est pas moi, c'est mon avatar ».

Les violences en ligne sont un fléau. Au-delà du virtuel, nous devons en prendre conscience et agir, chacun à notre niveau. La première chose à faire est de rompre le silence autour de la victime. Il faut lui parler et la faire parler. Il faut lui offrir un espace de confiance où elle pourra exprimer ce qui lui arrive. Et si elle ne peut parler à un parent, un professeur ou un autre adulte de confiance autour d'elle, elle peut au moins appeler le **3018**. C'est gratuit, anonyme et au bout du fil se trouve des professionnels capables d'apporter au moins une écoute bienveillante, au mieux des moyens concrets de rompre le cercle des violences. •

## DISPOSITIFS D'ÉCOUTE, D'ALERTE ET D'ACCOMPAGNEMENT

### Plateforme en ligne PHAROS

Gérée par des policiers et gendarmes spécialisés, elle permet de signaler les contenus illicites se trouvant sur internet.

[www.internet-signalement.gouv.fr](http://www.internet-signalement.gouv.fr)

AGRESSIONS, HARCÈLEMENT OU VIOLENCES ?  
**Tu as besoin d'aide ?**  
VICTIME OU TÉMOIN, IL Y A TOUJOURS UN NUMÉRO POUR T'AIDER.

À LA MAISON    SUR LES RÉSEAUX    À L'ÉCOLE

**119** (24h, 7j)    **3018**    **3020**



# *Des mots sur les maux*

*Les situations de violences sont particulièrement présentes dans les entretiens menés par les professionnels du champ médico-social. Elles s'avèrent être multiples et peuvent revêtir différentes formes.*

• Contribution de l'Intervenante sociale du Commissariat et de la Maison de la Justice et du Droit - Etablissement Public Territorial Grand Paris Grand Est et Ministère de la Justice

**P**rendre le temps d'écouter les victimes est fondamental afin qu'une relation de confiance s'instaure et que puissent se mettre en place les moyens nécessaires pour les sortir du cauchemar des violences.

La plupart du temps, au début d'un entretien la victime reste fermée, sans émotion particulière, mais lorsque sont évoqués des sujets plus sensibles, on observe au fil de l'échange la manifestation d'un stress important.

On peut comparer cela à l'ouverture d'une vanne. Lorsqu'une victime évoque un sentiment de peur intense, d'impuissance et présente des symptômes tels que des palpitations cardiaques, des tremblements, une respiration rapide, des frissons, des flash-back, de la difficulté à ressentir certaines émotions (par exemple de la tendresse...), on peut alors évoquer le psycho traumatisme. Il est essentiel de ne pas laisser une personne seule avec ces émotions lorsqu'elle arrive à les verbaliser.

Se confier est la meilleure façon de commencer à se rétablir. Il faut alors prendre le temps de questionner cette violence.

Dans un premier temps, il est essentiel d'accompagner la victime dans une démarche d'identification du traumatisme, puis de l'aider à poser des mots sur les maux afin de l'orienter au mieux.

Pour résumer, il faut :

- Appréhender la réalité des violences et leurs conséquences ;
- Dépister et évaluer les troubles psychos traumatiques ;
- Évaluer le besoin des victimes ;
- Mobiliser ses relations partenariales afin de les orienter au mieux ;

- Identifier les structures adaptées à leur prise en charge.

#### **Exemples de situations rencontrées :**

→ Des enfants (âgés de 4 et 6 ans) se trouvent dans la salle d'attente du commissariat. Ils entendent des cris et un début de bagarre dans une pièce située non loin. Ils se sont prostrés au sol, les mains sur les oreilles. En les mettant en sécurité dans un bureau, nous apprenons que leur mère est victime de violences conjugales. Les enfants se trouvent généralement dans leur chambre pendant ces événements. Nous expliquons à la mère le psycho traumatisme que subissent les enfants. En vertu du lien

corps - esprit, ils ont associé les cris entendus à une scène de violence et essayent de s'en protéger. Il est nécessaire que ces enfants soient suivis psychologiquement, qu'ils puissent évoquer leur traumatisme afin que celui-ci ne perturbe pas plus leur vie future. Nous inviterons également la maman à consulter. Les enfants ont besoin d'une maman qui aille bien afin de se sentir en

*« Il est essentiel d'accompagner la victime dans une démarche d'identification du traumatisme, puis de l'aider à poser des mots sur les maux... »*

totale sécurité. Dans ce cas, une médiation familiale avec le mis en cause est à proscrire, pour éviter qu'il ne développe un sentiment de toute-puissance et renforce encore son emprise sur son épouse et ses enfants. Pour qu'une médiation puisse fonctionner, tous les intéressés doivent se sentir en sécurité, dans un espace d'échange libre et sincère. Madame doit accepter son statut de victime. Une orientation vers des associations adaptées ou des juristes sera nécessaire pour l'accompagner.

→ Une femme se présente dénonçant une agression sexuelle subie quand elle était adolescente. Elle précise qu'elle n'arrive pas à entretenir une relation amoureuse. Pour reprendre ses mots elle « *fait un blocage lorsqu'elle doit exprimer ses sentiments,*



*et surtout lors d'éventuelles relations sexuelles* ». Nous avons ici un traumatisme qui persiste depuis des années. Cette femme a développé des phobies alimentaires. Elle se fait vomir après les repas et a des terreurs nocturnes depuis de nombreuses années. Son corps doit extérioriser son mal-être et le traumatisme vécu, d'où l'apparition de ces symptômes. Il est nécessaire de l'orienter vers des professionnels de santé qui sauront répondre au mieux à sa problématique.

### **Qu'est-ce qu'un État de Stress Post-Traumatique (ESPT) ?**

L'ESPT est l'état résultant d'un événement traumatique isolé ou répété, exceptionnellement menaçant ou catastrophique (contexte de mort / menace de mort / blessure grave / agression sexuelle), provoquant des symptômes évidents de détresse chez la plupart des individus.

### **Qui est concerné ?**

On pense en premier lieu à la victime directe de l'événement traumatique. Elle peut être un adulte comme un enfant.

### **Sont également concernés :**

- l'acteur de l'événement traumatique (ex: l'enfant qui par mégarde tue son frère avec une arme qui était chargée);
- le témoin (ex: d'un attentat terroriste);
- les proches de la victime;
- les soignants qui sont amenés à intervenir suite à des faits traumatiques;
- les personnes exposées de manière répétée à des détails d'épisodes traumatiques; (ex: policier dans le cadre de son travail).

### **Quelles sont les manifestations cliniques de l'ESPT ?**

La personne atteinte de stress post-traumatique revit en permanence l'événement à travers des souvenirs, des rêves ou des flash-backs qui la saisissent par surprise. Elle éprouve également un certain sentiment d'anesthésie émotionnelle et de détachement. Elle a l'impression d'avoir perdu le contact avec son environnement, le sentiment d'évoluer en permanence dans le brouillard, anormalement froide et distante. D'autres symptômes peuvent survenir :

troubles du sommeil, irritabilité, détresse, difficultés à se concentrer, crises d'anxiété, syndrome d'évitement (des souvenirs, des lieux/personnes/objets rappelant l'événement traumatique), incapacité à se rappeler un aspect important de l'événement traumatique, émoussement des émotions, tendance à se blâmer, émotions, négatives persistantes, altération du fonctionnement social, amical et familial : isolement social...

### **L'indemnisation :**

L'indemnisation dépend du cadre légal dans lequel s'inscrit l'événement traumatique. En effet, les procédures ne sont pas les mêmes qu'il s'agisse d'un accident du travail, d'un accident de service, d'un accident de la

circulation, d'un délit, d'un crime ou d'un attentat.

En droit commun, le principe est celui de la réparation intégrale des préjudices subis. Ce droit à réparation intégrale « *ne saurait être réduit en raison d'une prédisposition pathologique lorsque l'affection qui en est issue n'a été provoquée ou révélée que par le fait dommageable* » (Civ. 2e, 8 juillet 2010, pourvoi n° 09-67592).

Seuls « *les effets néfastes de l'état antérieur* » déjà constatés avant l'épisode traumatique peuvent réduire l'indemnisation (Cass. 2e civ., 14 avril 2016, n° 14-27980; Cass. 2e civ., 19 mai 2016, n° 15-18784).

## **DISPOSITIFS D'ÉCOUTE, D'ALERTE ET D'ACCOMPAGNEMENT**

### **• Intervenante sociale au Commissariat de Clichy-sous-Bois - Montfermeil**

1 Carrefour des Libertés - 93390 Clichy-sous-Bois

☎ **01.82.46.60.09 | 07.87.94.11.49**

L'intervenante sociale fait le lien entre la victime, les associations et les forces de l'ordre. Elle permet aux femmes de découvrir les dispositifs et droits que leur ouvre leur plainte : bracelet anti-rapprochement, aides financières, des centres pour se loger.

### **• Unité Médico-Judiciaire Jean-Verdier**

Avenue du 14 juillet - 93140 Bondy

☎ **01.48.02.66.66** E-mail : **secretariat.umj@jvr.aphp.fr**

Accueil, sur rendez-vous, de personnes victimes de violences conjugales ou de violences sexuelles, âgées de plus de 15 ans, qu'elles aient ou non déposé plainte. Entretien et consultation avec un médecin, examen et rédaction d'un certificat médical descriptif. Des prélèvements médico-légaux peuvent être réalisés si besoin et conservés par le service.

**L'accueil peut se faire 24h / 24 - 7 jours sur 7.**

Un contact téléphonique est indispensable pour organiser l'accueil des personnes.

### **• Centre du Psychotrauma de l'Institut de Victimologie**

2, avenue Richerand - 75010 Paris

**E-mail : [rdv@cpiv.org](mailto:rdv@cpiv.org)**

Centre de consultation sur rendez-vous. Accueil des patients du lundi au vendredi de 9h à 18h, en présentiel et en téléconsultation. Le samedi uniquement en téléconsultation.

**• SOS CRISE ☎ 0800 19 00 00**

**Appel gratuit et confidentiel - 7j/7 - de 9h à 19h**

En cas d'urgence de situations de détresse et d'isolement :  
apaise, informe, oriente et brise l'isolement des personnes en souffrance.



## *Se reconstruire*

*Diouma, Franco-Malienne de 37 ans, excisée lorsqu'elle était bébé puis mariée de force à l'adolescence, s'est élevée contre sa famille et le poids de traditions délétères. Le traumatisme dépassé, elle vit aujourd'hui « heureuse et épanouie ». Témoignage.*

- Contribution de la Fédération GAMS Mutilations sexuelles féminines et mariages forcés

**J**e suis née au Mali et suis arrivée en France lorsque j'étais enfant. J'ai grandi en banlieue parisienne avec mes parents, mes frères et sœurs. Mon père était polygame et nous cohabitons avec ses deux autres femmes et leurs enfants. Je garde plutôt de bons souvenirs de mon enfance. J'étais assez libre. Comme la plupart des jeunes filles de mon âge, j'avais des amis filles et garçons et nous pouvions sortir pour nos loisirs ou nos activités sportives. Nos parents ne s'y opposaient pas.

Nous avons reçu une éducation multiculturelle, partagée entre l'Europe et l'Afrique et, outre le français, je parle couramment la langue de mes parents, le Soninké.

J'ai pourtant vécu un premier épisode traumatique lorsque j'avais dix ans. Depuis la petite enfance, j'entendais ma mère et ma tante répéter que l'on me marierait un jour avec un cousin. Ce genre de « promesses » sont rarement des paroles en l'air. Je grandissais et cette histoire revenait de plus en plus souvent lors de moments conviviaux passés en famille. J'étais une enfant assez enjouée, espiègle et un peu bavarde. J'allais très souvent voir notre voisine que j'aimais beaucoup, au point de la considérer comme ma « Maman de cœur ». Au cours d'une de mes visites, je lui ai fait part de cette histoire de mariage au Mali avec un cousin de dix ans mon aîné. Je ne voulais pas, et elle m'a rassuré en me disant que ce n'était pas possible pour plusieurs raisons et que je devrais en parler à l'école. C'est ce que j'ai fait et je me suis retrouvée aussitôt dans le bureau du Principal! Avant la fin de la journée,

j'étais entendue à la brigade des mineurs et une procédure lancée. Mes parents furent convoqués et informés. De mon côté, j'ai été placée en urgence dans un foyer pendant une dizaine de jours avant d'être reçue par le juge et revoir mes parents. Ma famille me manquait beaucoup et à la vue des larmes de ma mère, je ne pouvais m'empêcher de ressentir de la culpabilité. Elle me suppliait de revenir à la maison. Le juge demanda à mes parents de s'expliquer. Ils dirent que c'était un « malentendu », que ce mariage n'aurait pas lieu. Le juge me demanda si je souhaitais retourner vivre avec ma famille

ou rester au foyer.

Je décidais de rentrer.

La vie reprit son cours. Plutôt agréablement car mes parents me gâtaient désormais beaucoup.

Les années passèrent, mais lorsque j'avais 15 ans, au retour du lycée avec ma sœur d'un an mon aînée, nos parents nous annonçaient que nous partions pour l'été au Mali et que nous y serions mariées. Nous étions stupéfaites. L'incompréhension et la colère nous envahirent. Une telle incohérence nous révoltait.

Comment pouvaient-ils recommencer avec cette histoire cinq ans après

ce qui s'était passé: la brigade des mineurs, le juge pour enfants, le foyer? Mes parents prirent apparemment peur et se rétractèrent. Plus de mariage, mais un voyage au Mali pour mieux connaître la famille. Nous avons été bien naïves. Nous arrivons donc là-bas. Un grand-oncle nous accueille et conserve nos passeports au prétexte qu'il ne faudrait pas les perdre.

Durant deux semaines les vacances se passent très bien et un soir notre oncle nous convoque et nous annonce que nous serons mariées dans deux jours... Le ciel nous tombe sur la tête. Nous sommes

*« Depuis la petite enfance, j'entendais ma mère et ma tante répéter que l'on me marierait un jour avec un cousin.*

*Ce genre de « promesses » sont rarement des paroles en l'air. »*



abasourdiés. À nouveau notre famille nous trahit! Évidemment nous refusons catégoriquement, mais notre oncle est très clair et ne nous laisse pas le choix : soit nous nous marions et rentrons en France, soit nous refusons et nous restons au Mali. Nous avons accepté. En larmes et la mort dans l'âme. Que pouvions-nous faire? Nous n'avions pas le choix. Deux jours plus tard nous étions mariées à des hommes de 30 ans, le double de notre âge, lors d'un mariage traditionnel dont nous connaissions à peine les règles. Les gens autour de nous chantaient, riaient, scandaient nos prénoms tandis que nous pleurions toutes les larmes de nos corps. La nuit de noces fut terrible. Comment vivre cela lorsque rien n'est consenti? Lorsqu'il faut en plus « prouver » sa virginité... Mon mari, ce fameux cousin dont on me parlait depuis l'enfance, était déjà marié et avait un enfant. Nous n'avions aucun point commun et nous ne nous entendions pas particulièrement bien avant

cette union forcée. Nous avons été séparées ma sœur et moi, chacune chez nos « maris », mais restions en contact par des mots, des lettres que nous réussissions à échanger. Nous avons adopté la stratégie commune de faire mine d'accepter ces mariages. Et puis un matin on nous annonça que nous rentrions en France le lendemain.

À la descente de l'avion nous étions en colère mais soulagées d'être de retour. À la vue de nos petites sœurs, nous n'avons pas fait d'esclandre. Nos parents étaient heureux d'accueillir les jeunes mariées. Nous sommes restées froides et distantes. Quelques jours plus tard, j'ai mis en garde mon « mari » resté au Mali, que j'allais porter plainte au prétexte du mariage forcé d'une mineure. Il a immédiatement pris peur, craignant l'administration française, et prévint ses parents qu'il souhaitait divorcer. Ma sœur fit de même et mes parents se résignèrent enfin. Ma mère me conseilla même d'aller au planning familial pour

s'assurer que je n'étais pas enceinte ou victime d'une maladie sexuellement transmissible. Bien sûr, je racontais tout à ma « maman de cœur » mais décidais, ainsi que ma sœur, de rester au domicile familial pour pouvoir veiller sur nos petites sœurs. J'ai repris mes études et je n'ai pas évoqué ce traumatisme avec mes camarades.

Un an après, mes petites sœurs furent envoyées au Mali et ne revinrent que des années plus tard. L'histoire se répétait encore, dans les mêmes circonstances. C'en était trop. Nous avons fugué ma

sœur et moi. L'Aide Sociale à l'Enfance nous trouva un foyer que nous partagions avec d'autres jeunes filles aux histoires et aux parcours chaotiques.

Je me réfugiais dans mes études. J'ai eu mon Bac, puis un BTS en alternance. Je suis partie poursuivre mes études et apprendre l'anglais en Irlande. J'y ai rencontré mon mari et nous sommes revenus en France ensemble. De belles opportunités professionnelles se sont présentées que j'ai su saisir et j'ai commencé à travailler.

J'ai progressivement repris contact avec ma mère, mais de manière sporadique. Je n'ai vraiment revu mes parents, avec ma sœur, que quelques années plus tard lors d'une réunion de famille. Nous avons pu évoquer avec eux ce que nous avons subi. Nos traumatismes. Cela m'a apaisée et permis d'avancer, de continuer à construire ma vie. Je n'y serais jamais arrivée sans les autres. Sans de belles rencontres avec des adultes bienveillants et à l'écoute. Au premier chef, ma « maman de cœur » qui a toujours été à mes côtés.

Le seul conseil que je peux donner est justement de ne pas se murer dans le

silence. Il faut oser parler. J'ai eu la chance de faire de belles rencontres qui m'ont chaque fois permis de me relever.

On trouve toujours dans son entourage des personnes bienveillantes. Que ce soit un voisin, un enseignant, un commerçant, un professionnel du champ social ou médical...

En ce qui me concerne, le soutien psychologique et thérapeutique a été fondamental pour ma reconstruction. Cela m'a permis de m'accepter, de garder confiance et estime en moi-même. Ce,

*« Il ne faut pas se murer dans le silence, il faut oser parler. J'ai eu cette chance de faire des rencontres qui m'ont chaque fois permis de me relever. On trouve toujours autour de soi des personnes bienveillantes. »*

dès l'adolescence lorsque l'Aide Sociale à l'Enfance (ASE) m'a soutenue et prise en charge. Cet espace d'écoute et de partage avec une psychologue m'a beaucoup aidé. J'éprouvais un fort sentiment de culpabilité et la thérapeute m'a aidé à comprendre que je n'étais pas responsable, que je n'étais qu'une enfant. Pour autant, ce soutien ne m'a pas aidé à me réconcilier avec « l'homme noir ».

Le premier confinement lors de la crise sanitaire m'y a aidé. J'ai pu plonger en moi-même, revenir sur ma vie et j'ai compris que je ne rejetais

pas « l'homme noir » en tant que tel, mais bien ceux qui m'ont trahi et fait du mal. J'ai cessé de généraliser et j'ai réussi à dépasser progressivement les différents traumatismes vécus dans l'enfance. Le soutien de mes amies durant cette période d'introspection et de réflexion a été primordial. Mon premier petit ami a également été formidable sur plusieurs plans. C'est en partie grâce à lui que j'ai repris confiance en moi, que j'ai réussi à accepter mon corps tel qu'il est. Je n'ai pas eu recours à la réparation chirurgicale et je suis parvenue à vivre une vraie relation de couple, pleine et épanouie. •

# Numéros utiles

→ Association Les Perri'elles

Soutien aux victimes de toute forme de violence

**09 82 21 75 61** | Permanence téléphonique 24h/24 - 7j/7

E-mail : lesperrielles@gmail.com

→ Groupement Hospitalier Intercommunal (GHI) Le Raincy - Montfermeil

Consultation à l'Unité d'accompagnement des femmes vulnérables et victimes de violences 10 rue du Général Leclerc • 93370 Montfermeil | **01 41 70 81 18**

→ Commissariat de Clichy-sous-Bois/Montfermeil

Intervenante sociale disponible | 1 carrefour des Libertés • 93390 Clichy-sous-Bois

**01 82 46 60 00 • 07 87 94 11 49**

→ Police Municipale de Montfermeil

4 rue de la Haute Futaie • 93370 Montfermeil | **01 41 70 70 77**

→ PMI (Centre de Protection Maternelle et infantile)

• Centre-ville : 64 rue Henri  
Barbusse • 93370 Montfermeil

**01 71 29 23 05**

• Les Bosquets : 11 rue Berthe  
Morisot • 93370 Montfermeil

**01 71 29 20 95**

→ Circonscription de service social Accueil physique

2 rue Maryse Bastié • 93370 Montfermeil

**01 71 29 56 45**

→ Maison de la Justice et du Droit (MJD)

4 bis allée Romain Rolland • 93390 Clichy-sous-Bois

**01 41 70 38 20**

→ Maison des ados AMICA

3 allée Étienne Laurent - 93390 Clichy-sous-Bois

**01 43 88 23 64** | Accueil avec ou sans rendez-vous - Gratuit et confidentiel

→ SOS Femmes 93 Lieu d'accueil collectif sans rendez-vous

3 allée des Moulins • 93140 Bondy

**01 48 48 62 27 - Accessible du lundi au vendredi de 14h à 17h**

→ SOS Victimes 93 Accueil sur rendez-vous | 3, rue Carnot • 93000 Bobigny

**01 41 60 19 60 - Accessible du lundi au vendredi 9h-12h | 13h-17h30**

Les numéros d'appel d'urgence permettent de joindre gratuitement les secours 24h/24

**01 48 02 66 66**  
UNITÉ MÉDICO -  
JUDICIAIRE DE BONDY

**39 19**  
VIOLENCES CONJUGALES  
FEMMES-INFO-SERVICE

**17** POLICE

**15** SAMU

**18** POMPIERS



*Face aux  
violences,  
osons agir.*

*Un ruban blanc  
pour en finir !*