



# La violence familiale

La reconnaître pour mieux soutenir

Maude Huot-Locas  
Spécialiste en Promotion de la Santé





# Plan de cours

1. Comprendre la violence conjugale
2. Reconnaître les signes
3. Soutenir sans nuire

# Comprendre la violence conjugale



# Définir la violence conjugale

« La violence conjugale est définie comme une prise de **contrôle** dans laquelle l'un des partenaires utilise des stratégies pour obtenir ou maintenir un contrôle sur l'autre personne. »

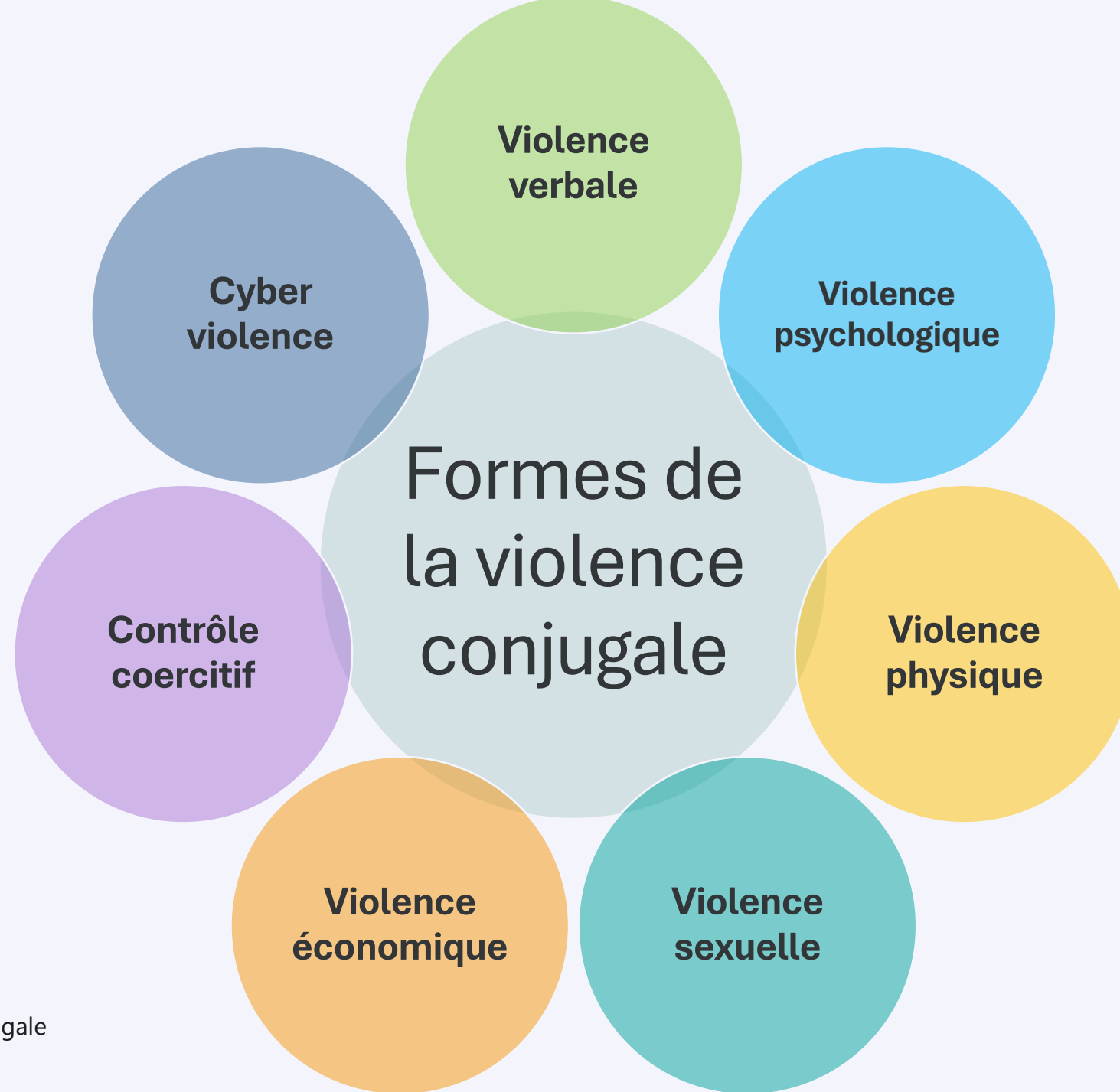
- Peut s'exercer dans le cadre d'une relation amoureuse actuelle ou passé, dans tout type de relation, et à n'importe quel âge.
- Elle entraîne un déséquilibre de **pouvoir** au sein de la relation.



# Violence conjugale ≠ chicane de couple

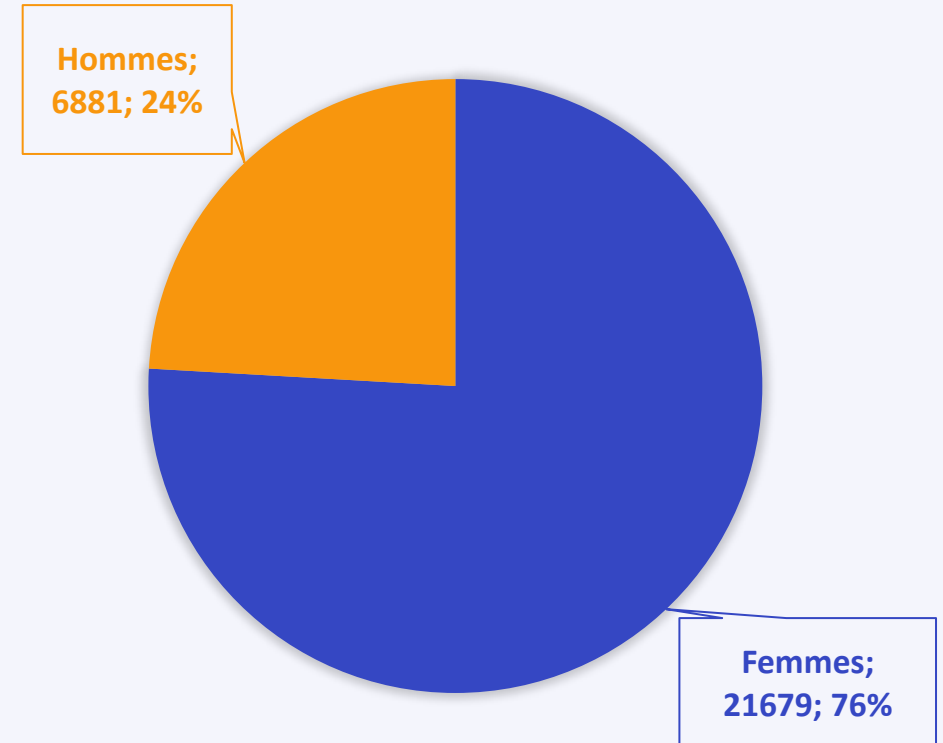
| Conflit de couple                                                                                                                                                                                                             | Violence conjugale                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Désaccord entre deux personnes</li><li>• Rapport relativement égalitaire</li><li>• Les deux partenaires peuvent exprimer leur point de vue</li><li>• Recherche de compromis</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Dynamique de domination</li><li>• Déséquilibre de pouvoir</li><li>• Un partenaire cherche à contrôler ou dominer l'autre</li><li>• La victime adapte ses comportements par crainte des conséquences</li></ul> |





# La violence conjugale en chiffres

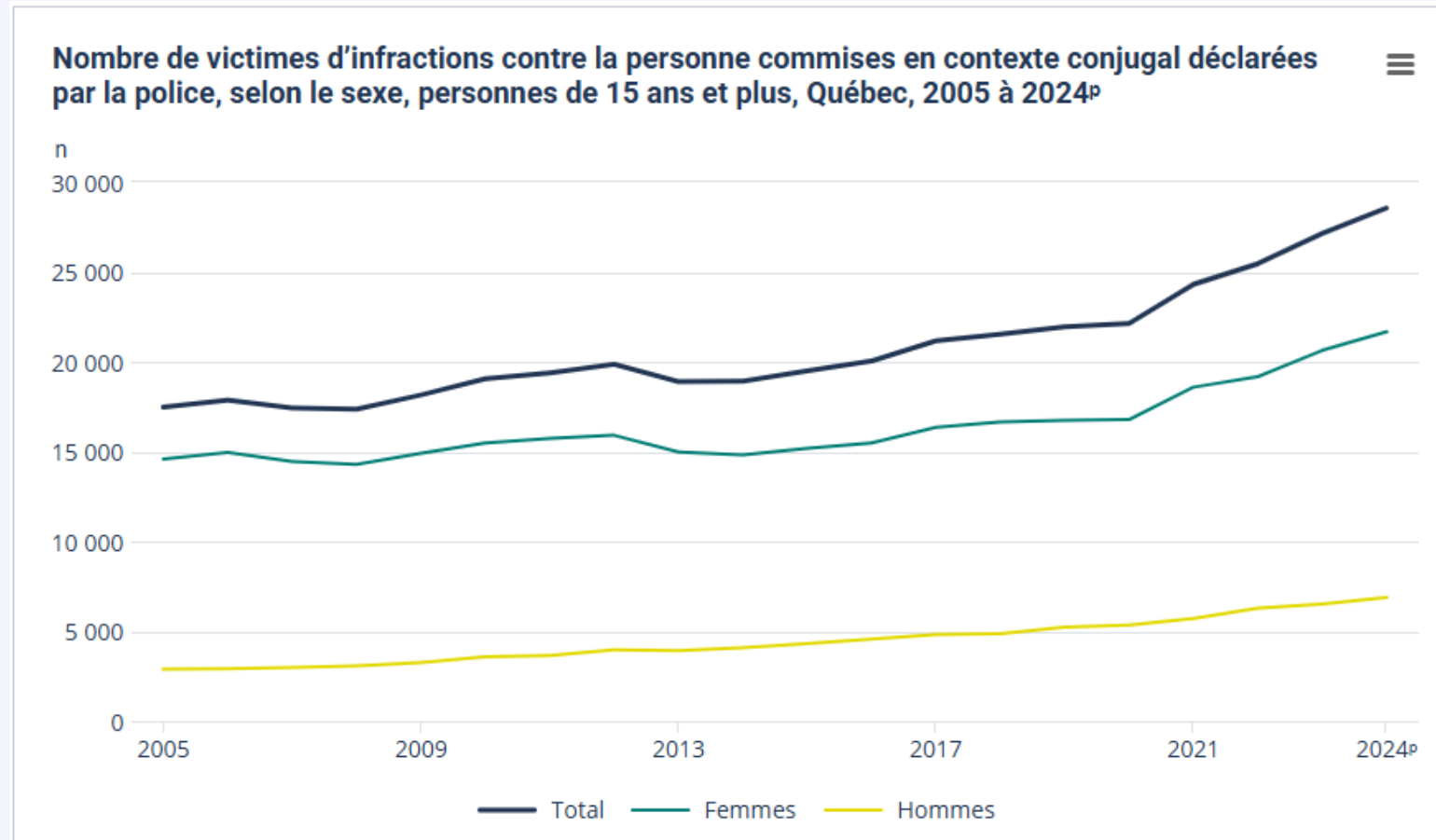
Les données démontrent qu'en 2024, au Québec, 28 560 personnes ont été victimes d'infractions contre la personne en contexte conjugal.



Source : Ministère de la Sécurité Publique, *Programme de déclaration uniforme de la criminalité*; Institut de la statistique du Québec, *Estimations de la population selon l'âge et le sexe*.



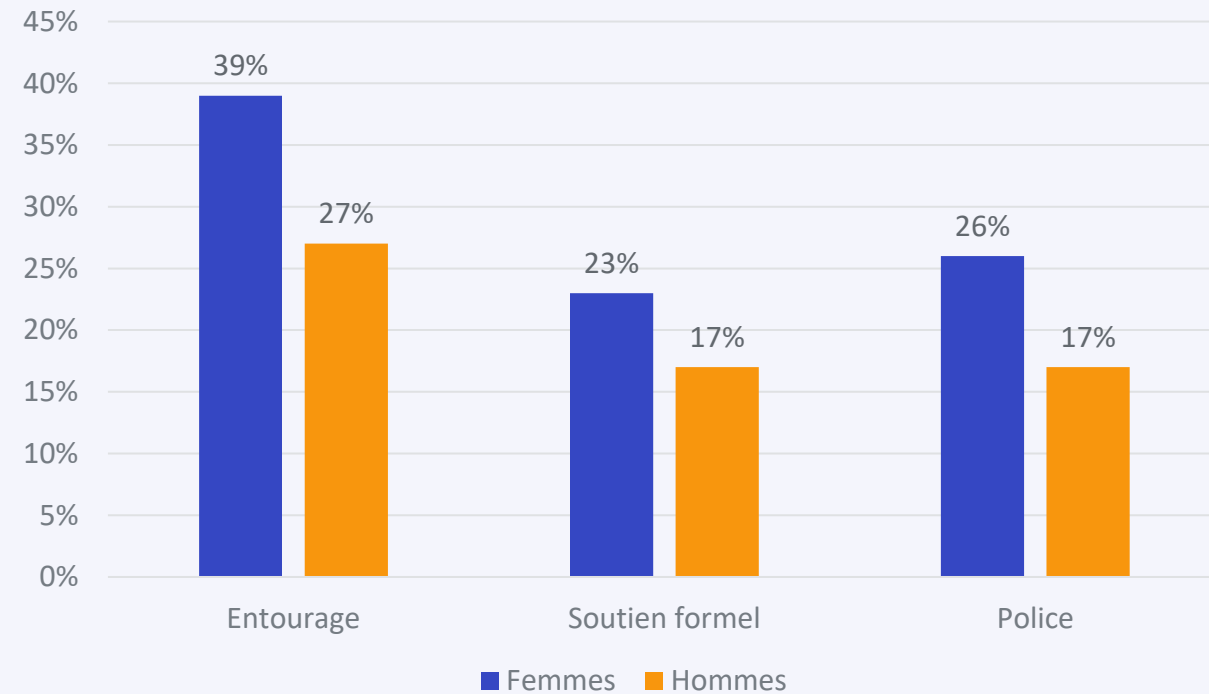
# Une augmentation considérable



# La demande d'aide

Une minorité de personnes vont parler de leur situation:

- À leur **entourage** (famille, ami·e, voisinage, collègue)
- À un **soutien formel** (professionnel, centre de crise, ligne d'écoute téléphonique, services d'aide)
- À la **police**



Source : Institut nationale de santé publique du Québec – Statistiques sur la violence conjugale



# Reconnaître les signes



# Pourquoi est-ce difficile à repérer?

- Une violence cachée;
- La minimisation des faits;
- Des freins psychologiques au dévoilement;
- La peur des représailles;
- De multiples barrières à la séparation.





# Les signes observables

## Signes comportementaux

Isolement  
Retrait  
Consommation  
Changements inhabituels

## Signes psychologiques

Anxiété  
Hypervigilance  
Diminution de l'estime de soi

## Signes physiques

Blessures  
Fatigue  
Troubles du sommeil

## Signes familiaux et économiques

Difficultés avec les enfants  
Conflits fréquents  
Difficultés financières inhabituelles



# Les signes en milieu de travail

Retards ou  
absences

Baisse de  
rendement

Appels ou  
textos  
incessants

Présence du  
partenaire au  
travail

Refus des  
activités  
sociales



# Quand la violence cible le réseau social

- Saboter les communications et les liens entre la victime et ses proches
- Discréditer la victime
- Manipuler la perception que les proches ont de la situation
- Utiliser les proches pour rapporter de l'information sur la victime
- S'approprier la famille et les ami·e·s de la victime



# Les clientèles vulnérables

- Les femmes
- Les personnes âgées
- Les personnes de la communauté LGBTQ+
- Les personnes immigrantes ou issues de minorités ethnoculturelles
- Les personnes en situation d'handicap
- Les hommes ayant des problèmes de santé mentale ou de consommation



**Soutenir sans nuire**



# Pourquoi la victime reste-t-elle?

## Sécurité

- Peur des représailles
- Escalade de violence
- Violence post-séparation

## Conséquences psychologiques

- Perte de confiance
- Épuisement
- Confusion
- Stress post-traumatique



Graphique créé par Copilot

## Obstacles concrets

- Logement
- Finances
- Méconnaissances des ressources
- Accès limité aux services

## Enfants et famille

- Enfants
- Engagement envers le partenaire
- Espoir de changement



# Activité : Mythe ou réalité?

Pourquoi les gens n'interviennent pas?

- « Ça ne me regarde pas. »
- « Je pourrais aggraver la situation. »
- « Ce n'est pas suffisamment grave pour une intervention de la police. »
- « Je ne pense pas que la victime souhaite vraiment partir, car elle retourne toujours. »
- « Il est préférable d'attendre que la victime me demande de l'aide. »



# Les inquiétudes possibles

*Je ne sais pas  
quoi dire.*

*Si l'agresseur voulait de  
l'aide, il la demanderait.  
S'il voulait mettre fin à  
son comportement; il le  
ferait.*

*Les deux sont  
mes amis.*



*J'ai peur que  
l'agresseur devienne  
violent envers moi ou  
envers ma famille si  
j'interviens.*

*Ce qui se passe au  
sein d'un foyer,  
n'est-il pas une  
question familiale?*

*Ce n'est pas  
suffisamment grave  
pour une intervention  
de la police.*

# Comment soutenir?

## Les attitudes facilitantes

### À faire :

- Écouter
- Croire la personne
- Maintenir le lien
- Respecter son rythme
- Offrir du soutien
- Orienter vers les ressources

### À éviter :

- Porter un jugement
- Dire quoi faire
- Forcer une dénonciation
- Minimiser la situation
- Jouer aux enquêteurs





# Comment soutenir?

## Les phrases aidantes

- « Je te crois. »
- « Tu as bien fait de m'en parler. »
- « Merci de me faire confiance. »
- « Je suis là pour toi. »
- « Ce n'est pas de ta faute. »



# Comment soutenir?

## Les ressources disponibles

**Si vous êtes témoin d'une situation qui demande une aide immédiate, contactez le 9-1-1.**

- SOS Violence conjugale
- Maisons d'hébergement
- IVAC
- CAVAC, CALACS
- Organismes d'aide juridique (Rebâtir)
- Éducaloi
- Organismes communautaires (par ex.: Via l'Anse Service d'aide aux conjoints, AVIF)
- Ressources militaires
- Aide financière pour les personnes victimes de violence





# Comment soutenir?

## Le rôle du milieu de travail

- Identification des risques
- Renforcer les mesures de sécurité
- Mettre en place une politique de prévention
- Sensibiliser et former le personnel
- Mettre les ressources d'aide et de soutien à la disposition du personnel
- Offrir du soutien et des mesures d'accommodations



# Ressources supplémentaires

- Formation SBMFC [SBMFC | Cours en ligne et webinaires | SBMFC](#)
- Formation sur les obligations des employeurs [La violence conjugale : rôle et obligations légales des milieux de travail - illuxiCampus - Votre bibliothèque de formations](#)



# Des questions?

## En résumé

- La violence conjugale est souvent invisible;
- Mais nous pouvons reconnaître des signes préoccupants, et agir.
- Notre rôle n'est pas de sauver la personne;
- Mais de l'écouter, de la soutenir et de l'orienter vers les ressources appropriées.

