



Kinderschutz Schweiz
Protection de l'enfance Suisse
Protezione dell'infanzia Svizzera



«Assez, stop!»

**Comprendre et soutenir les enfants
subissant la violence au sein du couple**

Brochure accompagnant les portraits filmés
d'Anne Voss et David Hermann



Impressum

Editrice

Protection de l'enfance Suisse
www.protectionenfance.ch

Direction de projet

Catherine Moser et Marianne Kauer,
Protection de l'enfance Suisse

Auteure

Sabine Brunner

Traduction et adaptation de la version française

Marianne Tille, Géraldine Morel

Photos

Sélim Berthoud

Conception graphique et production

raschle & partner (conception graphique)
Text Control AG (relecture, corrections)
Jost Druck AG (impression)

Le présent document fait partie d'un dossier thématique audiovisuel:
«**Assez, stop!**» – Comprendre et soutenir les enfants subissant la violence au sein du couple.

Tout le matériel est disponible sur le site internet:

www.protectionenfance.ch/violence-au-sein-du-couple

Citation

Brunner, Sabine (2017). «Assez, stop!» – Comprendre et soutenir les enfants subissant la violence au sein du couple. Brochure accompagnant les portraits filmés d'Anne Voss et David Hermann. Dans: Protection de l'enfance Suisse (éd.), «Assez, stop!» – Comprendre et soutenir les enfants subissant la violence au sein du couple. Dossier audiovisuel de sensibilisation et de transmission des connaissances. Berne: Protection de l'enfance Suisse.

Introduction

Dans les présents films documentaires réalisés par Anne Voss et David Hermann, différentes personnes – enfants, adolescent-e-s, adultes – racontent la violence qu'ils/elles ont vécue dans les relations de couple. Les films ont pour objectif de sensibiliser la population à ce thème, avec l'espoir que les descriptions montrent comment faire face à ce type de situation ainsi que les moyens d'aide qui existent.

Cette brochure fournit des informations objectives qui accompagnent les portraits filmés. Elle contient des renseignements sur les effets de la violence au sein du couple sur les enfants ainsi que des explications concernant les besoins particuliers des enfants, plus exactement ce qui peut renforcer leur développement. La brochure expose les possibilités d'aide et de soutien concret et mentionne également les centres d'accueil/points de contact du domaine de la protection de l'enfance. En partant de portraits individuels émouvants, cette brochure est censée fournir une contribution pratique sur le thème des enfants exposés à la violence au sein du couple. Les films accompagnés des documents peuvent aussi être utilisés dans la formation professionnelle, continue et postgrade.

Portraits filmés – impact, conséquences et utilisation

Faire l'expérience de la violence – rester sans voix

Faire l'expérience de la violence – dont la violence au sein du couple fait partie – touche les personnes concernées dans leur existence même, les blesse et les laisse souvent traumatisées. Le fait de retrouver petit à petit des mots pour décrire ce qu'on a vécu est, en principe, un facteur qui favorise un processus de stabilisation et de réparation des traumatismes. Ainsi, d'une part le fait de formuler les faits permet de prendre une certaine distance, du recul et, d'autre part, le fait de les exprimer ouvertement octroie une place émotionnelle aux évé-

nements vécus. Parler avec quelqu'un donne la possibilité d'identifier les contradictions internes et de réagir contre le mutisme aigu caractéristique d'un traumatisme. Il faut parfois beaucoup de temps pour arriver à débloquer la situation, libérer la parole et trouver les mots pour décrire un vécu complexe.

Ecouter – croire – comprendre

Un-e interlocuteur/interlocutrice qui écoute attentivement et croit ce qu'on lui dit, qui essaie à son tour de mettre de l'ordre dans ce qui s'est passé et de comprendre, aide la victime à digérer ses expériences et à faire face à ses difficultés.



C'est par le biais du dialogue avec une autre personne qu'il est possible de trouver les mots pour décrire des événements difficiles. Le jeu des questions et des réponses des deux participant-e-s construit finalement un récit élaboré ensemble. Cet échange avec la personne qui écoute et témoigne de l'empathie permet d'arriver à une compréhension commune de ce qui a été vécu. L'événement peut alors être inscrit dans la propre biographie de la personne. L'engagement concret et émotionnel de celle ou celui qui écoute refoule les sentiments de solitude et d'isolement qui naissent souvent après l'expérience de la violence. Ainsi, ce lien construit au fil du récit débouche assez fréquemment sur une relation de confiance entre ces deux personnes.

Publication des récits biographiques

La réalisation et l'utilisation des interviews pour des films accessibles au public impliquent à maints égards une responsabilité envers les personnes interrogées. Est-ce que la diffusion des interviews soutient le processus de stabilisation des victimes ou au contraire, est-ce que cela le compromet? La fondation Protection de l'enfance Suisse, qui a mandaté la réalisation de ce dossier audiovisuel, Anne Voss et David Hermann, qui ont réalisé ces films, le groupe d'accompagnement composé de personnes de différentes disci-

plines et Sabine Brunner, l'auteure de la brochure, n'ont cessé de se poser ces questions pendant le tournage des films.

Une utilisation responsable des propos tenus par les personnes filmées suppose que ces dernières ne soient pas exhibées, mais que le portrait qu'on en fait soit spécialement axé sur leurs ressources et leurs forces par rapport à ce qu'elles ont vécu. L'objectif est que les personnes interrogées puissent ultérieurement s'identifier aux résultats du film. Dans le meilleur des cas, le fait que les participant-e-s aient pu sensibiliser d'autres personnes au thème des «enfants exposés à la violence au sein du couple» contribue à leur satisfaction.

Brèves indications sur les portraits filmés

Lisa

«Elle m'agrippe la main, il me tire à lui par l'autre main»

(17 min.)

Lisa est aujourd'hui âgée de 26 ans. Lorsqu'elle avait 7 ans environ, une dispute entre ses parents l'a réveillée un matin. Auparavant, des conflits entre ses parents avaient régulièrement éclaté le soir. Lisa, impuissante et en larmes, les entendait se disputer. Un matin, sa mère l'a prise par la main et a quitté la maison pour aller se réfugier chez sa grand-mère. Son père a alors cherché à la retenir et à l'attirer vers lui. C'est un souvenir douloureux pour Lisa. Ensuite, elle n'a plus vu son père pendant longtemps, jusqu'à ce que des visites chez lui le week-end soient instaurées. À ce moment-là, Lisa considérait ces week-ends comme gâchés. Depuis, Lisa a beaucoup analysé les confrontations parentales. Dans le film, elle raconte les sentiments qui l'animaient à l'époque et ceux qu'elle ressent aujourd'hui dans ses propres relations de couple, combien il lui est encore difficile de se sentir estimée et à quel point elle se sent seule.



Cécile

«Le cœur pèse une tonne»

(21 min.)



Durant son enfance et sa jeunesse, Cécile a constamment été exposée à la violence entre ses parents. Elle décrit dans le film quels effets les menaces et la violence de son père face à sa mère ont eu sur elle en tant qu'enfant, quelles ont été ses peurs, ses pensées et ses réactions. Elle explique comment la séparation de ses parents a, d'une certaine manière, accentué la violence. Elle parle très ouvertement des moments où elle s'est mise elle-même en danger. Cécile décrit comment elle replace aujourd'hui dans sa vie ce qu'elle a vécu et ce qui l'a aidée à maîtriser la situation.

Nicola

«C'est comme si j'avais un point mort en moi, un vide douloureux»

(19 min.)

Nicola, âgé de 18 ans, raconte ses expériences en tant que jeune homme métis en Suisse face à la violence de son père. Il raconte comment il ressentait son absence dans un premier temps et ensuite avait peur de lui et le détestait. Comme point de départ, Nicola exprime son sentiment d'être au «point mort». Il raconte combien il était difficile de se sentir apprécié et ce qui l'a aidé à le devenir. Il décrit en particulier comment il a travaillé pour surmonter ce «point mort», pour ne pas se sentir simple observateur de sa vie mais bel et bien comme un acteur à part entière.



Simona et ses filles

«Mes filles ont trop subi»

(28 Min.)



Ce film montre la violence massive subie par Simona, la mère d'une fille de dix ans et d'une fille de cinq ans, de la part du père de sa deuxième fille. Outre les descriptions de la mère, Simona, et de la grand-mère, les deux enfants prennent également la parole et s'expriment longuement. En jouant avec la grand-mère et en parlant avec une pédagogue, elles exposent leur point de vue sur la violence vécue. Elles décrivent les situations violentes, discutent de notions telles que confiance, protection, peur, courage, famille, cohésion et tristesse. Elles parlent de ce qui leur fait du bien et quelles difficultés elles rencontrent aujourd'hui.

Martin

«Ce qui me fait le plus mal, c'est ce que j'ai fait aux enfants»

(15 min.)

Martin a frappé sa femme à plusieurs reprises. Il est père de cinq enfants qui vivent maintenant en foyer. Il est séparé de sa femme. Martin a suivi un programme d'apprentissage de lutte contre la violence au sein du couple et tente aujourd'hui de reprendre ses enfants à la maison. Qu'est-ce qui l'a conduit à devenir violent? Comment change-t-on un tel comportement? Quels sont les besoins des enfants par rapport à leurs parents? Comment un homme qui a été violent peut-il être perçu par les autorités et les institutions comme un père attentif et bienveillant? Dans le film, Martin est préoccupé par ces questions et cherche des réponses.



Violence au sein du couple – description du problème

Définition

La violence au sein du couple (utilisée parfois comme synonyme de la violence domestique) désigne toutes les formes de violence entre adultes qui sont dans une relation de couple ou qui l'ont été par le passé. Cela concerne la violence physique, psychique, sexuelle, sociale et économique. La violence peut être exercée unilatéralement, par un seul partenaire, ou émaner des deux partenaires et être réciproque. Bousculer, étrangler ou donner des coups en font partie tout comme les viols, menaces de mort, moqueries à caractère sexiste, humiliations ou encore le mépris du partenaire ou l'interdiction qui lui est faite d'entrer en contact avec d'autres personnes. La violence au sein du couple peut présenter différents degrés de gravité ou prendre la forme de menaces.

Chiffres

Selon certains chiffres avancés par la recherche scientifique, 10 à 30 % des enfants¹ ont été exposés à la violence entre parents² au cours de leur enfance. Pour environ un tiers des familles concernées, cette violence a déjà eu lieu pendant la grossesse ou autour de la naissance du premier enfant. Dans l'ensemble, il semble que la violence au sein du couple soit plus intense et plus fréquente chez les couples avec enfants que sans enfants.

1) Par «enfant» il faut entendre tous les individus qui n'ont pas encore achevé leur dix-huitième année (selon la convention de l'ONU sur les droits de l'enfant, article 1).

2) Par le terme de «parents», il faut comprendre tous les adultes qui assument vis-à-vis de l'enfant un rôle parental dans le système familial et/ou qui sont dans une relation de couple avec un des parents de l'enfant.

Point de vue des enfants

L'expérience de la violence au sein du couple porte gravement atteinte au bien-être des enfants et à leur développement, indépendamment du fait s'ils/elles sont directement ou «seulement» indirectement victimes de la violence. L'atmosphère de violence affecte les enfants dans leur existence même. Il est très déstabilisant de savoir qu'à la maison, à tout moment, il peut se passer quelque chose de dangereux et que les parents non seulement ne protègent pas contre la violence, mais qu'au contraire, ils sont eux-mêmes une source de danger. En raison de ces explosions de violence, un climat plus ou moins fort de peur et d'incertitude s'installe.

Les parents espèrent pouvoir cacher les accès de violence à leurs enfants mais lorsqu'on parle avec eux on s'aperçoit la plupart du temps que ce n'est qu'une illusion. Il arrive qu'un-e des parents reste disponible pour les enfants et leurs préoccupations, mais parfois l'enfant se sent totalement seul-e face à ce qu'il/elle vit. Ses parents ne parviennent plus, ou pas suffisamment, à identifier et à répondre à ses besoins.

En attendant, les enfants luttent pour préserver leur équilibre psychique et tentent, par diverses mesures, de se stabiliser, soit à travers le soutien réciproque des frères et sœurs, soit par des fantasmes de violence contre l'auteur-e des faits, soit en cherchant à s'immiscer dans les bagarres ou encore par des «mesures de contrôle».

Pas de solution en vue

Les actes de violence sont souvent cachés à l'entourage durant de nombreuses années et deviennent un véritable secret de famille dont les membres ne parlent

Être affecté par la violence au sein du couple

Martin 04:18

Peur et incertitude

Lisa 01:05

Cécile 00:17

Nicola 02:33

la fille aînée de Simona 05:08

la fille cadette de Simona 09:23

Parents non disponibles

Cécile 05:09

Nicola 04:00; 05:30

Soutien des frères et sœurs

Cécile 05:36; 06:22

les filles de Simona 15:00

Fantasmes de violence contre l'auteur-e

Nicola 07:39

Chercher à s'immiscer

La fille aînée de Simona 06:12

«Mesures de contrôle»

Nicola 03:17

même pas entre eux. Les parents, empêtrés dans la violence, espèrent peut-être que la situation finira par changer et que la violence appartiendra bientôt au passé. Comme nous le découvrons chez Cécile, la violence au sein du couple ne s'arrête pas simplement après la séparation du couple mais s'accroît encore à certains égards. Les ouvrages de référence relèvent que les enfants ne souhaitent pas vraiment que le parent violent s'en aille mais plutôt que le parent touché par la violence devienne actif et la stoppe. Les descriptions de Nicola et de Lisa indiquent que les enfants ont un regard tout à fait réaliste sur les actes de violence et sont, dans un premier temps, contents que quelqu'un stoppe la personne qui exerce la violence et sépare les parents.

Violence après la séparation du couple

Cécile 09:59

Souhaiter que la violence s'arrête

Nicola 03:46

Lisa 05:44

Comment les enfants se développent sainement

Pour s'épanouir, les enfants ont besoin d'un milieu aimant, stimulant et compréhensif. Ils ont besoin de personnes de référence proches, qui les accompagnent à chaque nouvelle étape de leur développement. Ce n'est que lorsqu'ils se sentent en sécurité que les enfants sont prêts à découvrir leur environnement et à faire les expériences nécessaires à leur développement.

Nourrissons et enfants en bas âge: ils montrent par tout leur être, donc par

leurs comportements – des pleurs ou des sourires – quels sont leurs besoins. Les personnes de référence «connaissent» rapidement leur enfant et comprennent en général ce qu'il/elle exprime. Elles l'aident à satisfaire ses besoins existentiels et à réguler son état psychique. Si l'enfant est trop excité et ne trouve plus son sommeil, la personne de référence le tranquillise. Si l'enfant pleure, elle le console. S'il a besoin de nouvelles stimulations, elle l'aide à les trouver. Elle soutient aussi l'enfant en lui apprenant à

gérer les limites et à supporter des frustrations. Idéalement, la personne de référence est à même de *percevoir* à temps et avec sensibilité les besoins de l'enfant, de les *interpréter* de manière appropriée et de *réagir* promptement. Afin qu'une mère ou qu'un père ne soit pas surmené-e par ces tâches qui requièrent au début une attention continue, il est utile de disposer de plusieurs personnes de référence proches et d'un bon réseau social.

Enfants en âge préscolaire et en âge de scolarité: ils ont en principe besoin de la même attention aimante de leurs personnes de référence que les nourrissons et enfants en bas âge. Cependant, pour la satisfaction de leurs besoins et leur régulation intérieure, ils ne sont plus entièrement dépendants des personnes de confiance. Ils apprennent de plus en plus à compter sur eux-mêmes s'agissant de leurs besoins et sentiments. Ils se tournent en outre davantage vers l'extérieur, se font des ami-e-s et s'orientent aussi en fonction d'adultes en dehors de leur réseau relationnel très proche.

Lorsque les enfants deviennent **adolescent-e-s**, il est de plus en plus évident pour eux ou pour elles qu'ils ou elles fonctionnent de manière autonome par rapport aux personnes de confiance adultes. Ils ou elles prennent davantage leurs responsabilités. Toutefois, durant

cette phase physiquement et mentalement éprouvante, les adolescent-e-s ont également besoin d'un cadre ferme, de leurs parents en tant qu'interlocuteurs/interlocutrices présents, jouant le rôle de modèles et de partenaires de discussion, afin de clarifier leurs problèmes d'identité et de consolider leur autonomie. Cela signifie que les adolescent-e-s aussi sont encore tributaires du cadre parental et de leur affection.

Conséquences de la violence au sein du couple sur les enfants

Ce que dit la recherche

Les résultats des recherches montrent clairement que la violence au sein du couple a des effets négatifs sur les enfants concernés. Elle est préjudiciable à leur bien-être aussi bien qu'à leur développement psychique, physique, cognitif et social. On remarque aussi des atteintes à la santé et, jusqu'à l'âge adulte, une prédisposition plus forte aux maladies physiques et psychosomatiques.

En outre, les enfants qui ont été exposés à la violence au sein du couple présentent une tendance accrue, à l'âge adulte, à devenir eux-mêmes violents à l'égard du/de la partenaire ou à être victimes de la violence dans leur propre relation de couple. La violence domestique vécue dans la maison familiale entraîne des effets dommageables: le répertoire disponible des comportements en situations de conflit est limité et les anciennes expériences traumatisantes sont réactivées. Ainsi, la violence au sein du couple peut se perpétuer d'une génération à l'autre.

Les problèmes psychiques, sociaux et relationnels «se cumulent» fréquemment et se renforcent mutuellement. Si d'autres situations stressantes telles que l'alcoolisme ou le chômage s'y ajoutent, il en résulte des conflits relationnels et une violence massive.

Conséquences concrètes pour l'enfant dans la vie quotidienne

Lorsqu'il y a une situation de violence au sein du couple, la vie quotidienne des enfants s'en trouve bouleversée. Durant les accès de violence, les enfants n'ont guère la possibilité de s'occuper de leurs propres intérêts et objectifs. Et cela, même s'ils se retirent apparemment pour ne pas s'impliquer. Quant aux parents, ils sont absorbés non seulement pendant les épisodes de violence mais aussi après, ils restent absents ou tendus. Les structures de la vie quotidienne se fissurent, souvent de manière imperceptible. Il n'y a peut-être plus de repas, les enfants ne font plus leurs devoirs scolaires et leçons, restent devant la télévision, souffrent d'un manque de sommeil ou s'exposent à des dangers car ils ne sont pas surveillés.

Traumatisme consécutif à l'exposition à la violence au sein du couple

La violence au sein du couple est souvent vécue comme un traumatisme par les enfants concernés. On parle de traumatisme lorsque la menace vécue dépasse les possibilités individuelles d'une personne à la maîtriser. Elle se trouve alors totalement livrée à elle-même, sans aide et impuissante. Elle n'arrive pas, après coup, à redonner un sens aux événements vécus afin de supprimer les réactions de stress. Au contraire, après ce qui s'est passé, la personne perd l'accès à l'événement traumatique lui-même et souffre alors d'un sentiment de stress durable, de peurs, de flash-backs et d'autres symptômes. Il suffit parfois d'un seul événement menaçant pour déclencher un traumatisme. Souvent ce sont des situations continuellement trop lourdes, où la personne a le sentiment chronique d'être dépassée, qui conduisent à un traumatisme.

Se retirer

Lisa 00:25

Martin 04:30

Parents absorbés

Simona 11:50

Martin 03:55

Les structures de la vie quotidienne se fissurent

Martin 01:33

Lisa 01:24

Impuissance

Lisa 01:07

Peur inconsciente, traumatisme

Cécile 00:17, 00:39

Sentiment de stress

Nicola 02:58

Séquelles à long terme

Lisa 13:40, 13:28

Simona 00:06

La fille cadette de Simona 17:44

En raison de leur grande vulnérabilité, les enfants sont plus enclins à vivre des situations menaçantes comme un traumatisme. Toutefois, un accompagnement émotionnellement adéquat de la part des adultes peut atténuer l'impact du traumatisme, voire l'annuler.

Plus un enfant est traumatisé précocement dans sa vie, plus il intègre cet épisode dans le développement de sa personnalité. L'enfant ne fait qu'un avec les conséquences du traumatisme et on parle alors d'«identité traumatique».

Etre tirillé-e entre son père et sa mère

Lorsque les parents sont violents l'un envers l'autre, l'enfant se trouve tirillé-e entre les deux en raison de sa dépendance émotionnelle. Les personnes qu'il/elle aime et qui doivent lui apporter la stabilité sont justement celles qui envoient des signaux menaçants ou anxieux. Il n'est souvent plus possible de vivre ces liens étroits en toute confiance. L'enfant ressent des sentiments contradictoires vis-à-vis de ses parents et a beaucoup de peine à gérer cette ambivalence. Notamment parce qu'il/elle a peur devant le parent violent et qu'en même temps il désire se rapprocher de lui ou d'elle. Ou parce que l'enfant se sent émotionnellement obligé-e de venir en aide au parent victime de violence mais qu'en même temps, il/elle ne reçoit que trop peu de protection de sa part. Ou peut-être parce qu'il/elle est en colère contre le parent menacé parce que celui-ci ne fait rien contre la situation de violence. Parfois les deux parents sont impliqués dans des actes de violence mutuels et tous les deux apparaissent à l'enfant à la fois comme dangereux et vulnérables.

Situation menaçante

La fille cadette de Simona 09:23

Sentiments d'insécurité

Nicola 05:30

Sentiments contradictoires

Cécile 04:14; 18:05

Nicola 02:07

Dépendance affective

Lisa 06:58

Les enfants se sentent souvent coupables des actes de violence de leurs parents car leur comportement et les divergences en matière d'éducation sont fréquemment à l'origine des conflits entre parents. En désirant améliorer la situation familiale, les enfants prennent sur leurs épaules une lourde responsabilité pour protéger et préserver le bien-être de leurs parents ou de leurs frères et sœurs. Cette inversion des rôles peut aller très loin, il s'agit alors de parentification de l'enfant qui va dès lors se sentir totalement responsable de ses parents ou de ses frères et sœurs. Si cette situation perdure, elle peut avoir des conséquences négatives pour le développement de l'enfant. En effet, cette prise de responsabilité empêche l'enfant d'accomplir ses propres tâches de développement (jouer, se faire des amis et cultiver ses amitiés, apprendre à l'école, se démarquer et se détacher de ses parents, choisir une profession, etc.).

Effets sur le comportement

La surcharge psychique qui résulte de l'exposition à la violence au sein du couple a des effets directs sur le comportement des enfants et adolescent-e-s. On parle de comportements «intériorisés» et «extériorisés». Lorsque les conflits intérieurs ne sont pas maîtrisés, ces comportements sous forme d'atteintes au développement se dirigent contre la personne elle-même (intériorisés) ou vers l'extérieur (extériorisés). On observe la plupart du temps chez un enfant ou un-e adolescent-e aussi bien des schémas de comportements intériorisés qu'extériorisés mais les premiers (intériorisés) passent plus facilement inaperçus que les seconds. Le tableau 1 indique les modes de comportement les plus fréquemment observés chez les enfants qui souffrent de la violence au sein du couple.

Sentiments de culpabilité

Cécile 03:05

Prendre la responsabilité

La mère de Simona 12:55

Cécile 01:50

Parentification

Lisa 08:30

Tableau 1: modes de comportements intériorisés et extériorisés chez les enfants touchés par la violence au sein du couple

	Modes de comportements intériorisés	Modes de comportements extériorisés
Nourrissons et enfants en bas âge	Réaction réduite au jeu Peu de réaction aux contacts, à la communication Suradaptation	Comportement agité Beaucoup de pleurs Peu de possibilité d'apaisement
Enfants en âge préscolaire et en âge de scolarité	Réaction réduite au jeu, pas de réussite dans le jeu Prestations réduites d'attention et de concentration <u>Simona 13:27</u> Schéma de comportement dépressif Suradaptation Automutilations Actes suicidaires	Comportement instable, dérangeant Mauvaises prestations scolaires Comportement agressif, hostile
Adolescent-e-s	Schéma de comportement dépressif Prestations réduites d'attention et de concentration Suradaptation Automutilations <u>Cécile 11:40</u> Isolement <u>Nicola 00:07, 06:03</u> Actes suicidaires Comportements addictifs, toxicomanie <u>Cécile 08:30; 16:40</u>	Comportement instable, dérangeant Mauvaises prestations scolaires Comportement agressif, violent Transgressions des limites sociales Transgressions des limites légales

Symptômes psychiques, psychosomatiques et physiques

Il faut comprendre les symptômes comme des tentatives de gérer des conflits et difficultés internes. Les enfants exposés à la violence au sein du couple doivent généralement lutter contre un grand nombre de symptômes se manifestant aux niveaux physique et psychique (voir tableau 2). On retrouve dans les présents films de nombreux symptômes décrits dans la littérature spécialisée.

Tableau 2: symptômes psychiques, psychosomatiques et physiques chez les enfants touchés par la violence au sein du couple

Nourrissons et enfants en bas âge	Problèmes de régulation (p. ex. troubles du sommeil, alimentaires et digestifs) Peur de la séparation, autres peurs	
Enfants en âge préscolaire et en âge de scolarité	Peur de la séparation, autres peurs Sentiment de dévalorisation et de vide Troubles du sommeil Vigilance accrue Maux de ventre et de tête Enurésie (incontinence) / encoprésie (émissions fécales) Pensées suicidaires	Lisa 03:49; Cécile 00:17 <u>Les filles de Simona 15:17, 16:06</u> Nicola 00:07 Lisa 00:25; Nicola 02:58 Lisa 01:25; Cécile 01:14; Nicola 02:58
Adolescent-e-s	Peurs Sentiment de dévalorisation et de vide Troubles du sommeil Maux de ventre et de tête Pensées suicidaires Automutilations Pensées obsessionnelles	Cécile 10:18; Nicola 03:46 Nicola 09:40 Cécile 11:00 Cécile 11:50 Cécile 11:40 Nicola 07:38

Résilience – Ce qui rend fort

Même si les descriptions ci-dessus peuvent le suggérer, l'expérience de la violence au sein du couple ne porte pas forcément préjudice aux enfants concernés et les conséquences ne sont pas les mêmes pour tous les enfants. Pourquoi certains enfants sont-ils moins «atteints» que d'autres? Cette question fait l'objet de la recherche autour du thème de la résilience. Il faut entendre par ce terme la capacité à établir une force de résistance personnelle face à des situations stressantes. En dépit de circonstances adverses, un enfant dont le degré de résilience est élevé peut se développer sainement, il peut aussi utiliser constamment ses compétences lors de phases éprouvantes et il se rétablit plus rapidement après un grand stress.

Les ressources d'un enfant (voir tableau 3), donc ses forces individuelles, celles de sa famille et de son entourage social contribuent à construire sa capacité de résilience. La résilience peut être améliorée en soutenant les compétences et ressources individuelles et en mobilisant des ressources supplémentaires. Les personnes filmées parlent des nombreuses ressources qui les ont aidées à surmonter une situation familiale stressante et à trouver un équilibre intérieur.

Forces et compétences

Nicola 10:57

Tableau 3: qu'est-ce qui renforce la résilience?

<p>Enfant/ adolescent-e</p>	<p>Expérience de leurs propres compétences (auto-efficacité)</p> <p>Expérience du contrôle de différentes situations</p> <p>Expérience du sens, de l'utilité de la vie (sentiment de cohérence)</p> <p>Succès vécus dans la vie quotidienne</p>	<p>la fille aînée de Simona 06:11</p> <hr/> <p>Lisa 04:34</p> <hr/> <p>Nicola 10:57</p> <hr/>
<p>Famille</p>	<p>Au moins une personne de référence confidente, fiable et disponible</p> <p>Style d'éducation démocratique</p> <p>Cohésion</p> <p>Relation étroite avec les frères et sœurs</p> <p>Communication constructive</p>	<p>Cécile 05:09</p> <hr/> <p>la fille cadette de Simona 25:17</p> <hr/> <p>Cécile 01:53, 05:37, 06:22; les filles de Simona 15:16</p> <hr/>
<p>Environnement social</p>	<p>Réseau social de soutien</p> <p>Tierces personnes attentives, intéressées</p> <p>Amitiés</p> <p>Environnement éducatif bienveillant</p>	<p>la mère de Simona 19:31</p> <hr/> <p>la fille aînée de Simona 19:44</p> <hr/> <p>Cécile 08:14</p> <hr/> <p>Nicola 10:57</p> <hr/>
<p>Niveau de vie</p>	<p>Statut socio-économique moyen à supérieur</p> <p>Environnement stimulant pour la formation personnelle (les contraintes socio-économiques et la pauvreté génèrent du stress et vont souvent de pair avec des ressources et des compétences personnelles plus réduites)</p>	

Aider les enfants ayant été exposés à la violence au sein du couple

Réconforter

Dans les situations familiales difficiles, il est important que les enfants puissent faire des expériences reconfortantes. On peut renforcer le développement de la résilience, activer les ressources individuelles et aider les enfants à vivre des événements où ils se sentent estimés et capables d'agir. Dans des situations difficiles, le fait que l'enfant puisse continuer à se préoccuper de ses propres intérêts et hobbies joue un rôle central, lui donne de l'espoir et se révèle vital. En principe, il s'agit d'expériences positives, qui renforcent l'estime de soi dans n'importe quel domaine – en particulier aussi à l'école. Comme le traumatisme et le mutisme vont de pair, les expériences et formes d'expression non verbales telles que les mouvements du corps, la musique et les activités créatrices jouent un rôle particulier. Elles aident l'enfant et l'adolescent-e à se sentir estimé, à savoir qu'il/elle forme un «tout» doté de force (de résistance).

Des expériences qui renforcent

Nicola 00:38

Trouver ses propres modes d'expression

Lisa 04:00

Sentir ses propres forces

Nicola 06:10

Parler avec les enfants

Il est très important de parler avec les enfants des problèmes sérieux qu'ils rencontrent dans leur vie. En cas d'expériences difficiles telles que la violence au sein du couple, les enfants ont besoin d'aide afin de mieux cerner ce qu'ils ont vécu et de faire un tri dans leurs sentiments. Ils ont besoin de quelqu'un à qui ils peuvent se confier s'ils le souhaitent. Cette personne doit leur montrer que les actes de violences ne sont pas normaux. Il faut répondre aux questions de l'enfant de manière ouverte, différenciée et en tenant compte de son âge. Il est

Cerner ses propres sentiments

Martin 04:44

nécessaire que des adultes attentifs devinent avec finesse et sensibilité quels sont les sujets qui préoccupent tout particulièrement un enfant et quels sentiments pourraient l'oppresser (culpabilité, prise en charge excessive de responsabilité, peurs, résignation ou colère, etc.). Il s'agit moins de libérer l'enfant de ces sentiments que de les reconnaître comme une réalité. Avec les jeunes enfants, c'est souvent par le biais du jeu que cela se passe le mieux

L'importance du jeu
Simona 14:20

Toutefois, certains enfants ne trouvent pas d'interlocuteur/interlocutrice avec lequel/laquelle ils/elles peuvent et veulent parler ouvertement de leur situation. Si les enfants s'inventent une personne imaginaire de confiance, cela témoigne de la richesse de leurs ressources.

Une personne de confiance
Lisa 04:34

Permettre le développement des enfants

La vie des enfants ne se résume pas seulement à leur famille et à la violence au sein du couple. Plus les enfants grandissent, plus ils deviennent autonomes en dehors de la famille. Il y a le jeu, les amitiés avec les camarades du même âge, il y a d'autres adultes à côté des parents. L'école occupe une place importante dans la vie d'un enfant, ainsi que l'apprentissage et tout ce qui fait partie de la vie scolaire. Il existe d'innombrables autres expériences à faire. Il importe donc que l'exposition à la violence perturbe le moins possible le développement des enfants. Cela implique de rester vigilant-e à ne pas restreindre l'univers des enfants afin qu'ils puissent, malgré les conflits, poursuivre les activités qu'implique leur développement. En effet, chaque blocage au niveau du développement entraîne d'autres problèmes.

Étendre les environnements de vie
Cécile 06:39

Nicola 08:51

Identifier les besoins des enfants concernés

De quoi ont besoin les enfants témoins de violence au sein du couple? Dans un premier temps, il serait nécessaire que la violence cesse afin qu'ils puissent peu à peu se tranquilliser et reprendre confiance. Les enfants auraient aussi besoin de parents qui leur montrent d'autres manières de gérer les conflits. Toutefois, tant que la violence au sein du couple est active, il faut pouvoir en parler. Les enfants doivent être confirmés dans leur ressenti que la violence dont ils ont été témoins n'est pas normale. Il faut les aider à réfléchir à cet événement. Les parents ne devraient pas faire de la violence un sujet tabou mais plutôt aider les enfants à en parler et à analyser les événements. Il est aussi important que les parents rassurent l'enfant que ce n'est pas sa faute même s'il/elle peut être le sujet d'un litige.

Parler de violence

Martin 04:36

Clarifier ensemble

Cécile 14:17

Les enfants nécessitent des parents qui réfléchissent avec eux comment rendre la situation plus supportable, qui les considèrent comme des personnes autonomes et non pas comme un prolongement d'eux-mêmes ou qui les instrumentalisent dans le conflit qui les oppose à l'autre part. Il s'agit de mettre en place un réseau de sécurité spécifique pour les enfants au cas où un nouvel accès de violence se produit. Ce réseau devrait permettre à l'enfant de chercher lui-même de l'aide en cas d'urgence et doit donc être adapté à son niveau de développement. Par exemple, un jeune enfant pourrait peut-être avoir sur lui le numéro de téléphone de ses grands-parents et savoir comment composer le numéro. Un enfant plus âgé aurait éventuellement déjà eu des contacts avec un service d'aide aux victimes et s'adresserait à lui en cas de besoin.

Maintenir le contact après la séparation des parents

La séparation du couple a eu lieu. Un contact avec le parent violent doit-il ou peut-il être organisé? Cela dépend de nombreux facteurs, notamment de savoir si le parent peut à nouveau reconstruire le sentiment de sécurité de l'enfant et que ce dernier ose être près de lui et se sentir en confiance. Est-ce que le parent violent peut admettre ses actes de violence et s'excuser auprès de l'enfant? Au niveau relationnel, les enfants ont besoin d'une véritable réparation. Les parents qui, même après la séparation, ont des confrontations bruyantes et/ou violentes ne peuvent guère donner à l'enfant un sentiment suffisant de sécurité. Il s'agit en tout cas, en planifiant les contacts, d'agir avec respect et prudence. Ces contacts doivent être conçus et organisés à partir du vécu de l'enfant. Il faudrait donc contrôler les différentes étapes menant à rétablir les contacts. Est-ce que l'enfant se sent suffisamment bien? Il est important de tenir compte de ses propos et de ses désirs, quel que soit son âge. Suite à des actes de violence, les droits des parents ne devraient pas prévaloir. Il s'agit enfin de mettre l'accent sur la responsabilité parentale dans le sens du respect des besoins des enfants, même si cela signifie peut-être que pour un certain temps, l'enfant ne désire pas de contact avec le parent (qui par le passé s'est montré violent), ce qui peut être très douloureux.

Autres personnes de référence

Les personnes que l'enfant connaît en plus de ses parents peuvent, selon les circonstances, jouer un rôle central en cas de conflit parental brutal, que ce soient les grands-parents, les frères et sœurs ou d'autres personnes de l'entourage. En tant qu'interlocuteurs/interlocutrices intéressés et inquiets, ils peuvent aider l'enfant à mettre des mots sur son expérience, de l'ordre

Reconstruire le sentiment
de sécurité

Lisa 06:28

Simona 22:59

La fille cadette de Simona 23:30

Martin 12:49

Réparation

Cécile 13:06

Autres personnes de référence

Cécile 03:46

La mère de Simona 10:36, 19:30

Cécile 01:50, 05:37

dans sa tête et à comprendre. Enfin, ils peuvent lui offrir une protection concrète.

Pédagogie traumatique

Afin de pouvoir apporter une aide adéquate aux enfants qui ont fait l'expérience de la violence au sein du couple, les acteurs/actrices pédagogiques – dans les garderies, groupes de jeux, écoles et groupes de loisirs – ont besoin d'un perfectionnement en pédagogie traumatique. Il faut savoir identifier les traumatismes afin que les symptômes ne soient pas simplement assimilés à des traits de caractère (plus ou moins dérangeants) de l'enfant. À la suite d'expériences de violence, certains enfants sont très sensibles aux perturbations, ont de la peine à se concentrer, ont très vite peur ou réagissent aux conflits de manière explosive. Ces enfants ont besoin de rencontrer des adultes qui les valorisent et les estiment, même s'ils ne comprennent pas toujours immédiatement leur comportement, et qui les aident à articuler leurs besoins spécifiques. Les enfants doivent pouvoir bénéficier de stabilité dans leur vie quotidienne. Ils sont donc tributaires d'un environnement aussi sûr que possible. Ils ont particulièrement besoin de transparence et de prévisibilité. En cas d'insécurité ils doivent pouvoir trouver des refuges, des havres de paix ou une action stabilisante.

[Trouver des refuges](#)

Lisa 04:38

Nicola 16:30

Protection concrète – offres d'aide en Suisse

En ce qui concerne la protection légale des victimes, il faut distinguer entre les mesures mises en place pour la protection de l'enfant, par exemple dans chaque canton, celles de l'Autorité de protection de l'enfant et de l'adulte (APEA) et les mesures de protection prises à l'encontre de la personne violente (périmètre d'exclusion, prison,

[Mesures de protection](#)

La mère de Simona 22:46

etc.). De telles mesures sont parfois aussi vécues comme rassurantes par les enfants concernés.

Les enfants ne cherchent pas forcément à être eux-mêmes protégés mais plutôt à s'ouvrir à une personne de confiance. Il est donc particulièrement important que les personnes qui ne s'occupent pas directement de protection de l'enfance et de violence au sein du couple soient sensibilisées à ce thème. Les proches jouent souvent un rôle capital lorsqu'il s'agit de protéger concrètement. En cas de danger, ce sont vers eux/elles que se tournent les enfants et/ou le parent victime de violence. L'école joue un rôle central.

Il y a des institutions de protection. La Suisse dispose dans toutes les régions de maisons d'accueil pour femmes qui acceptent aussi les enfants jusqu'à un certain âge. Il existe parfois aussi des institutions de protection spécialisées pour les enfants et adolescent-e-s, par exemple la «Schlupfhuus» (refuge) de Zurich. Certaines régions proposent aussi des services de conseil spécifiques pour les enfants témoins de la violence au sein du couple. Sur mandat de Protection de l'enfance Suisse, certains de ces projets ont fait l'objet de portraits filmés (voir courts-métrages «Offres de soutien aux enfants exposés à la violence au sein du couple» à l'adresse suivante: www.protectionenfance.ch/violence-au-sein-du-couple).

Personnes de confiance

Lisa 03:12

Cécile 05:37

Nicola 01:51

Simona 10:37

Institutions de protection et services de conseils

Nicola 14:13

Tableau 4: enfants touchés par la violence au sein du couple. Où trouvent-ils de l'aide?

Personnes qualifiées (choisies par l'enfant) de l'école, de la garderie, du domaine des loisirs qui peuvent faire appel à d'autres aides
Numéro d'appel d'urgence 147 de Pro Juventute
Numéro 117 de la police pour une intervention directe ou pour une annonce d'usage de violence avec une procédure pénale subséquente
Annonce de mise en danger auprès de l'Autorité de protection de l'enfant et de l'adulte (APEA)
Conseils donnés par les services de consultation pour les victimes / groupes de protection des enfants / offres de conseils spécialisés (aussi extra-muros) pour enfants touchés par la violence au sein du couple (voir aussi courts-métrages «offres de soutien aux enfants exposés à la violence au sein du couple» à l'adresse suivante: www.protectionenfance.ch/violence-au-sein-du-couple)
Offres en groupe pour enfants qui ont été exposés à la violence au sein du couple
Prise en charge sanitaire (pédiatres, hôpital de l'enfance, offres psychiatriques d'intervention de crise)
Psychothérapie (ambulatoire et stationnaire)

Pourquoi certains enfants ne sollicitent AUCUNE aide

Il faut que différentes conditions préalables soient remplies pour que les enfants puissent chercher de l'aide.

Tout d'abord, l'enfant doit prendre conscience que ce qu'il/elle vit n'est pas normal. Ensuite, afin de pouvoir agir à partir de ce constat, l'enfant a besoin d'avoir confiance en ses propres capacités. S'il/elle n'y croit pas, il/elle reste impuissant et sans défense. Enfin, l'enfant doit savoir comment il/elle peut chercher de l'aide. Le conflit de loyauté face aux parents ou la crainte des

conséquences doivent être surmontés. Pour l'enfant, aller chercher de l'aide équivaut en principe un risque. Compte tenu de sa dépendance envers les parents, il/elle doit évaluer comment ceux-ci pourraient réagir. Il/elle doit aussi soupeser quelles conséquences il/elle est prêt-e à assumer. Les enfants craignent qu'en parlant de la violence régnant dans le cercle familial, leurs parents aillent en prison à cause d'eux ou qu'ils soient eux-mêmes placés en foyer. Les parents ont parfois aussi explicitement interdit de parler de violence avec des personnes extérieures à la famille.

Décider si et quand on accepte de l'aide est souvent un processus de longue haleine. En général, il vaut la peine de prendre le temps nécessaire pour que l'enfant adhère à l'idée d'accepter une aide afin que celle-ci ne soit pas vécue comme une nouvelle perte de contrôle et donc rejetée.

Continuer à vivre sa propre existence après avoir été exposé à la violence au sein du couple

C'est souvent la tâche de toute une vie que de gérer les expériences de violence vécues dans l'enfance. Il s'agit de traiter, de réduire ou de supprimer le traumatisme, de rattraper les éventuels déficits de développement, de compenser les prédispositions aux maladies psychiques et physiques ou de trouver et d'exercer des formes non violentes de résolution des conflits. Pour les personnes ayant vécu dans un milieu violent, il est également essentiel de trouver les moyens de s'apaiser en cas de stress sans se porter préjudice à soi-même. Il s'agit de réussir à se tranquilliser, de garder le contrôle dans sa vie quotidienne et de trouver des refuges intérieurs afin que les sentiments durables de tension, d'agitation et de

Accepter de l'aide

Cécile 12:30

Nicola 13:14

Compenser

Cécile 16:40, 17:44

Trouver des autres formes de résolution des conflits

Lisa 10:19

Trouver les moyens de s'apaiser

Lisa 13:00

Nicola 16:30

danger consécutifs au traumatisme puissent s'apaiser. Cela demande beaucoup de travail et le tort causé doit être reconnu. Si les parents eux-mêmes le reconnaissent, cela est très bénéfique pour les enfants.

Obtenir de la reconnaissance

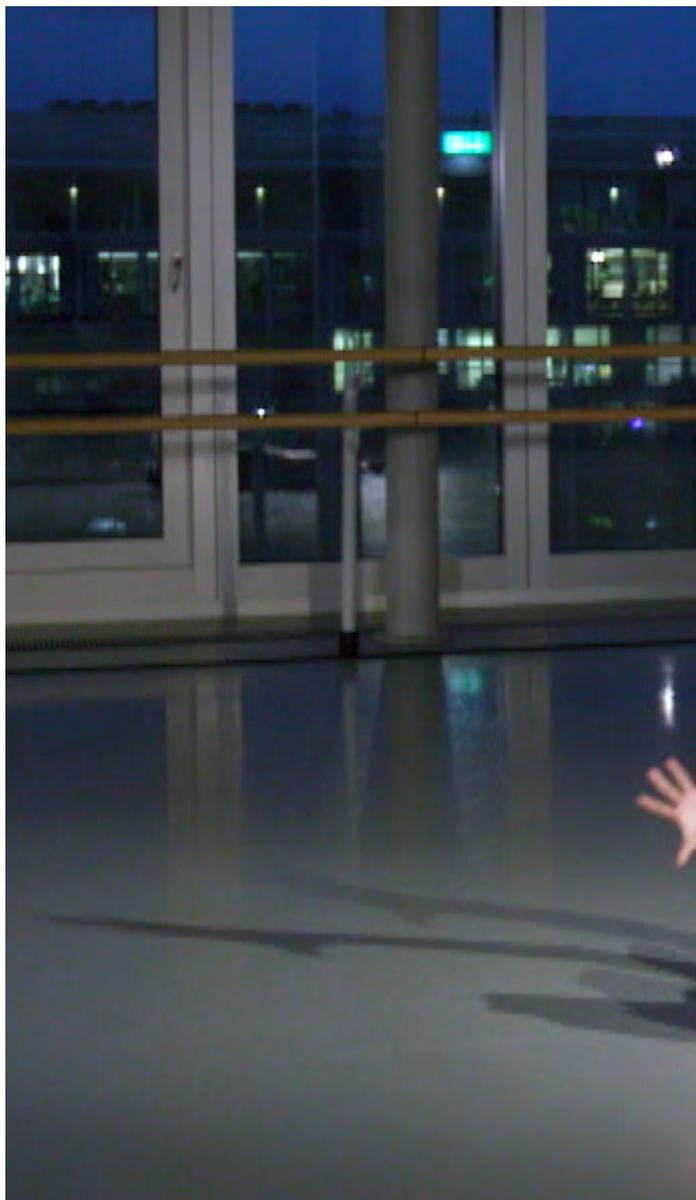
Cécile 13:02

Nous ne voulons pas prendre congé des protagonistes du film sans leur avoir exprimé notre gratitude. Ils ont tous et toutes fourni une prestation incroyable! Nous les remercions de tout cœur d'avoir partagé publiquement leur histoire de vie. Ils retournent maintenant à leur vie privée, accompagnés de nos meilleurs vœux pour la suite de leur vie.

Merci du fond du cœur!

Tous les films et le matériel additionnel du dossier thématique «Assez, stop!» – Comprendre et soutenir les enfants subissant la violence au sein du couple sont accessibles gratuitement à l'adresse suivante:

www.protectionenfance.ch/violence-au-sein-du-couple





Bibliographie

Boothe, B. (1994). **Der Patient als Erzähler in der Psychotherapie.** Göttingen, Zürich: Vandenhoeck & Ruprecht.

Brunner, S. (2013): **Früherkennung von Gewalt an kleinen Kindern.** Leitfaden für Fachpersonen im Frühbereich. Stiftung Kinderschutz Schweiz.

Brunner, S. (2008). **Kinder inmitten häuslicher Gewalt.** In: Frauenfragen 2.2008. Bern: Eidg. Kommission für Frauenfragen.

Diez Grieser, M.T. (2012). **Traumawissen und Traumasensibilität in der Arbeit mit Kindern.** Zürich: MMI Jahresbericht 2011.

Dlugosch, S. (2010). **Mittendrin oder nur dabei?. Miterleben häuslicher Gewalt in der Kindheit und seine Folgen für die Identitätsentwicklung.** Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.

Fachstelle für Gleichstellung Stadt Zürich, Frauenklinik Maternité, Stadtspital Triemli Zürich, Verein Inselhof Triemli, Zürich (Hrsg., 2. Überarb. Aufl., 2010). **Häusliche Gewalt erkennen und richtig reagieren.** Handbuch für Medizin, Pflege und Beratung. Bern: Verlag Hans Huber.

Kavemann, Kreyssig (Hrsg., 3. Aufl., 2013). **Handbuch Kinder und häusliche Gewalt.** Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.

Von Fellenberg, Jurt (Hrsg. 2015). **Kinder als Mitbetroffene von Gewalt in Paarbeziehungen.** Wettingen: eFeF-Verlag.

Welter – Enderlin, R & Hildenbrand, B. (Hrsg, 2012). **Resilienz – Gedeihen trotz widriger Umstände.** Carl-Auer Verlag.

Informations sur l'auteure et les réalisatrices et réalisateurs

Sabine Brunner

...est psychologue et psychothérapeute pour enfants, adolescent-e-s et familles. À l'Institut Marie Meierhofer pour l'enfant, à Zurich, elle analyse soigneusement les conditions de vie dont les enfants ont besoin pour se sentir bien et se développer harmonieusement. De plus, elle conseille et enseigne à des professionnel-le-s, rédige des textes scientifiques et expertises. Elle travaille en même temps dans son propre cabinet de psychothérapeute.

Anne Voss

...a été responsable et réalisatrice, en tant que rédactrice TV et régisseuse, de nombreux films pour enfants et adolescent-e-s, dont certains ont été primés. Elle a été rédactrice de l'émission «Die Sendung mit der Maus» et a créé, avec Peter Lustig, la série d'émissions «Löwenzahn». Les deux formats sont d'actualité et ont beaucoup de succès. Elle a produit pour la Télévision Suisse allemande les deux séries «Body Talk – Jugend und Gesundheit» (Body talk – jeunes et santé) et «Erste Liebe – Jugend und Sexualität» (Premier amour – jeunes et sexualité) et de nombreux documentaires qui traitent de la vie et du bien-être des enfants et adolescent-e-s.

David Hermann

...est spécialiste littéraire, compositeur et réalisateur. En collaboration avec Anne Voss, il a conçu et réalisé les séries d'émissions «Body Talk – Jugend und Gesundheit» et «Erste Liebe – Jugend und Sexualität».



Autres films d'Anne Voss et David Hermann

Trois films thématiques d'Anne Voss et David Hermann donnent la parole à Lisa, Cécile, Nicola, Martin, Simona et ses filles aussi bien qu'à des professionnels. Ils approfondissent les aspects suivants:

1. Enfant – conflit et crise (25 min.)

Mais je me tais – Climat familial

Entre peur et envie – Ambivalence

C'est de ma faute? – Sentiments de culpabilité

Mais j'aime les deux – Loyauté

Je suis grand et tu es petit – Parentification

2. Avec sa propre force et bénéficiant de l'aide (25 min.)

D'où est-ce que je tire ma force? – Ressources

Vous ne m'abattrez pas – Résilience

Qui m'aide maintenant? – Soutenir les enfants

Parents en détresse – Soutenir les parents

3. Regarder et agir – à la crèche, au jardin d'enfants, à l'école et dans les consultations (30 min.)

Identifier – Les enfants lancent des signaux de détresse

Parler – Être en relation et créer un climat de confiance

Agir – ce qu'on peut faire

Reconnaître les limites – Qui fait le pas suivant?

Mettre en réseau – Avec les pairs et les services spécialisés

Tout le matériel est disponible à l'adresse suivante:

www.protectionenfance.ch/violence-au-sein-du-couple

Protection de l'enfance Suisse

**Protéger les enfants, les rendre forts!
Nous protégeons des enfants de la violence.
Et nous renforçons leurs droits.**

Soutenez Protection de l'enfance Suisse.

**Compte 30-12478-8
Merci beaucoup!**

 www.facebook.com/protectionenfancesuisse

 www.twitter.com/kinderschutz_ch