Fiche ressources sur les mécanismes des violences

La journée du 25 novembre

Cette journée a été instaurée le 25 novembre 1999 par l'Organisation des Nations Unies (ONU). La date du 25 novembre a été choisie en mémoire des trois sœurs Mirabal, militantes dominicaines brutalement assassinées sur les ordres du chef d'État, Rafael Trujillo.

Pourquoi cette journée ?

- La violence contre les femmes est une violation des droits humains.
- La violence contre les femmes résulte d'une discrimination à l'égard des femmes, tant dans le droit que dans les faits, ainsi que de la persistance d'inégalités entre hommes et femmes.
- La violence contre les femmes a de lourdes conséquences et peut empêcher la réalisation de progrès dans certains domaines, comme l'élimination de la pauvreté, la lutte contre le HIV/sida, la paix et la sécurité.
- La violence contre les femmes et les filles n'est pas inéluctable et sa prévention est non seulement possible mais essentielle.
- La violence contre les femmes est un problème mondial. Jusqu'à 70% des femmes sont victimes de la violence au cours de leur vie.
- En France **une femme sur 10** est victime de **violences au sein du couple**

Source : www.prefectures-regions.gouv.fr

1/ Quelques éléments de compréhension autour des violences

a- Conflit et violence

Dispute / Conflit : Opposition de deux points de vue dans un rapport D'EGALITE.

Le conflit peut être source d'amélioration d'une situation en cherchant un compromis. *Ex : un désaccord sur l'éducation des enfants*

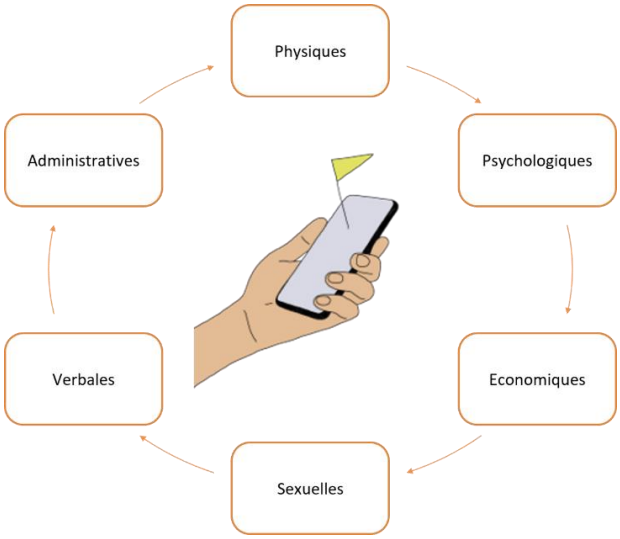
Violence : Rapport de DOMINATION et de prise de pouvoir de l'auteur sur la victime, volonté pour l'auteur de contrôler et/ou posséder son/sa partenaire par la peur.
La violence cherche à blesser. *Ex : une insulte, un coup …*

b- Les différents types de violences

La violence est souvent constatée lorsque l'on peut « voir » ses conséquences (ex : œil au beurre noir).

Cependant, la violence peut prendre et cumuler plusieurs formes, notamment dans le couple.

Plus d'information : #violencejetequitte



c- Sortir des violences

- **Comment réagir lorsqu'une victime se confie à vous ?**
  - **Mettez en avant le courage dont elle a fait preuve pour en parler** et le fait qu'elle a eu raison de le faire.
  - **Dites-lui que vous la croyez, soutenez là**.
  - **Respectez les choix de la victime**, évitez d'être trop directif et ne la juger pas. Les démarches doivent être faites avec son accord
  - Indiquez à la victime qu'il existe des professionnelles et professionnels qui peuvent l'aider et à qui elle peut parler.
  - Dans le cas où la victime souhaite rapporter les faits à la police ou à la gendarmerie, vous pouvez lui **proposer de l'accompagner.**
  - Dans le cas où la victime ne souhaite pas déposer plainte dans l'immédiat, **vous pouvez lui proposer de rédiger ce qu'elle vous a relaté**. Le jour où elle souhaitera déposer plainte, ce témoignage s'ajoutera à d'autres éléments de preuve.

- **Comment agir / réagir lorsqu'on est victime ?**
  - **Documenter les violences :** prendre des photos des blessures, faire des captures d'écran des conversations, écrire etc.. : une fois datées, elles serviront à étayer le dossier de la victime.
  - **Faire pratiquer un examen médical** après apparition de blessures et de traumatismes (chez un médecin ou au service d'urgence d'un hôpital). Un certificat médical sera délivré suite à cet examen.
  - **Ne restez pas seul·e** : vous pouvez avoir besoin de soutien psychologique, social, d'un suivi médical… les dégâts, même invisibles peuvent être profonds et perdurer. Des associations comme le CIDFF peuvent vous aider
  - **Porter plainte** : vous pouvez déposer une plainte au commissariat ou en gendarmerie.

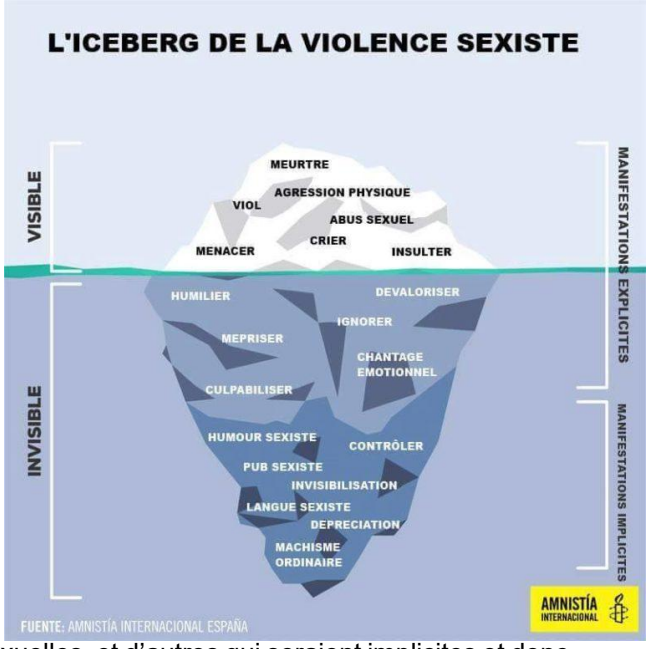
2/ Le continuum des violences sexistes et sexuelles

SEXISME, nom masculin :

Attitude de discrimination valorisant un sexe par rapport à l'autre et, en particulier, les hommes par rapport aux femmes.

Source : Académie Française

Clichés et stéréotypes, situations et remarques dégradantes, inégalités de traitement entre les femmes et les hommes au travail, dans la rue, les transports, la politique, dans l'intime, le sexisme prend de multiples formes et persiste dans tous les espaces de la société.



Attention une violence sexiste peut en cacher une autre.

Les différentes expressions du sexisme sont souvent minimisées lorsqu'elles ne ressemblent pas à l'imaginaire de violence communément établi – comme l'œil au beurre noir – mais chacune vient encourager, légitimer la domination et les violences de genre.

L'invisibilisation de certains types de violences permet l'illusion d'une séparation entre des manifestations explicites de violences sexistes et/ou sexuelles, et d'autres qui seraient implicites et donc tolérées et donc légitimes.

La sociologue Liz Kelly définit en 1987 le terme de **continuum de la violence sexuelle** avec pour argument principal « toutes les formes de violence sexuelle sont graves et ont des effets : la polarisation (« plus ou moins ») du continuum se rapporte uniquement à leur fréquence » (2019, 22). Elle émet également l'idée selon laquelle « certaines formes de violence sexuelle rencontrées par la plupart des femmes au cours de leur vie sont aussi celles qu'elles risquent de subir le plus fréquemment », sans compter que « les plus communes sont aussi les plus susceptibles d'être définies par les hommes comme des comportements acceptables, par exemple le fait de considérer le harcèlement sexuel comme *un petit jeu* ou *juste une blague*, et elles ont moins de chances d'être définies légalement comme des délits » (2019).

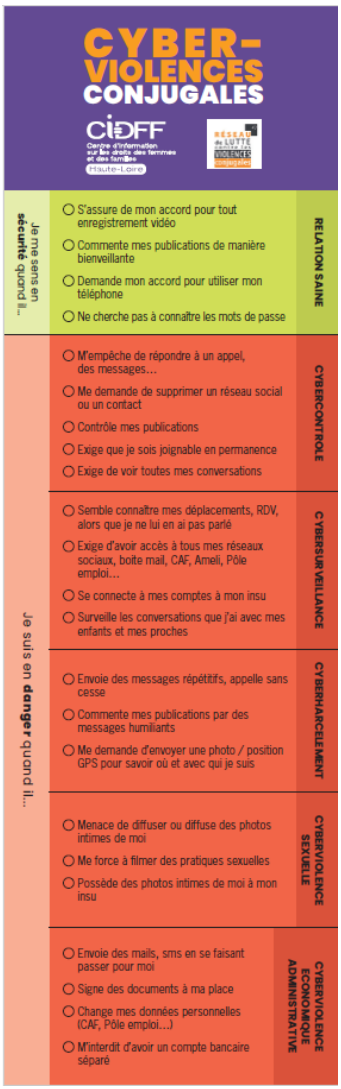
3/ Focus sur les cyber-violences et le masculinisme

a- Les cyberviolences

Le terme « cyberviolences » désigne l'ensemble des violences qui peuvent être commises seul·e ou en groupe par moyens numériques.

Les cyberviolences sont multiples et on les retrouve de plus en plus dans la sphère des violences conjugales. Afin d'aider à les repérer, le CIDFF de la haute loire a produit un cyberviolentometre.

Le Cyber-violentomètre est un outil permettant de « mesurer » si une relation conjugale est basée sur le consentement ou comporte des violences, du danger.



Il indique notamment :

- **En vert** les cas où votre relation est saine.
- **En rouge** les cas où vous êtes face à une situation dangereuse et où vous devez vous protéger et demander de l'aide.

b- Les masculinismes

En ligne on retrouve également une multiplication des contenus haineux et anti-féministes qui s'inscrivent dans la mouvance masculiniste.

La puissance de cette mouvance peut s'expliquer par un « retour de bâton » ou « backlash » terme forgé par l'écrivaine et miliante Suzan Faludi qui désigne le contrecoup qui pèse sur les droits des femmes après chaque avancée. Si ce phénomène n'est pas nouveau (on a pu l'observer à l'époque victorienne), il prend en 2025 une configuration spécifique avec notamment la présence d'influenceur·euse·s en ligne qui cumulent parfois des millions de vue.

Le masculinisme est une forme d'antiféminisme reposant sur trois postulats :

- Le mythe de l'égalité déjà-là : l'égalité hommes/femmes aurait été atteinte, les combats féministes ne serviraient donc à rien.
- Le mythe des effets pervers : Les revendications en faveur de l'égalité hommes/femmes seraient allées trop loin, si bien que maintenant les femmes domineraient les hommes.
- Le mythe de la crise de la masculinité : Les hommes seraient aujourd'hui en difficulté dans toutes les sphères de leur vie (séduction, travail, famille, etc).

Cette idéologie réactionnaire vise à délégitimer les combats en faveur de l'égalité, et à revenir sur des acquis précieux comme le droit à l'avortement, la liberté à disposer de son corps, l'égalité salariale…

On parle de masculinismes au pluriel car les approches sont très diverses. Sans les citer toutes, on retrouve quelques communautés très actives en ligne :

- Des « coachs en séduction » qui surfent sur le malaise des jeunes hommes vendent plusieurs centaines d'euros leurs conseils pétris de représentations sexistes. *Ex* : *« Les femmes sont faites pour être soumises »* *(Alex Hitchens)*
- Des « Tradwives », femmes qui célèbrent les rôles de genre traditionnels et promeuvent une société où les femmes occupent des rôles stéréotypés liés à l'univers domestique et la procréation. Ex « *L'utilité première d'une femme est de donner accès au sexe à l'homme qu'elle sélectionne* » (thaïs d'escuffon)

- Les Incels (pour « involuntary celibacy» ou « célibataires involontaires ») qui détestent les femmes en tant que groupe car elles ne leur donneraient pas accès à l'amour / les relations sexuelles qu'ils estiment mériter. Ex : *Le 23 mai 2014 en Californie Elliot Rodger, jeune INCEL de 22 ans tua 6 femmes et en blessa 14 autres en guise de « punition » avant de se donner la mort. En juillet dernier, un jeune stéphanois de 18 ans a été arrêté avant de perpétrer un attentat de ce type.*