

## CONTACTS UTILES

### ASPECTS JURIDIQUES

Madame la Procureure de la République  
**Tribunal de grande Instance de Bobigny**  
173 avenue Paul Vaillant Couturier - 93003 Bobigny

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Samu Social 93  
☎ (N°vert) : 115

### LES CONSULTATIONS DE VICTIMOLOGIE :

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

CDDPS de Montreuil  
77, rue Victor Hugo - Montreuil  
☎ : 01 48 58 62 07

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

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

CMS de Saint-Denis - Les Moulins  
40, rue Auguste Poullains  
☎ : 01 93 72 20 10

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

### LES ASSOCIATIONS LUTTANT CONTRE LES VIOLENCES CONJUGALES

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

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

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

Violences conjugales Femmes Info Service  
☎ : 39 19

### LES ASSOCIATIONS PARTENAIRES

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

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

### DIRECTION DÉPARTEMENTALE DE LA COHÉSION SOCIALE

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

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

CRIP 93  
☎ : 0 800 000 093

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

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

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

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

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

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

## VIOLENCES FAITES AUX FEMMES - LES ENFANTS SOUFFRENT

les  
mots  
pour  
le  
dire

TOME 2

## 10 ACTIVITÉS POUR AIDER L'ENFANT VICTIME DES VIOLENCES DANS LE COUPLE ET SA MÈRE

<b>ACTIVITE 1 :</b> LE VÉCU DES VIOLENCES CONJUGALES .....	page 6
<b>ACTIVITE 2 :</b> IDENTIFICATION DES SENTIMENTS, DES ÉMOTIONS : QU'EST-CE QUE JE RESSENS ? .....	page 8
<b>ACTIVITE 3 :</b> DIFFÉRENCIER LA COLÈRE DE LA VIOLENCE .....	page 10
<b>ACTIVITE 4 :</b> RESPIRER POUR RÉTRÉCIR LA PEUR .....	page 12
<b>ACTIVITE 5 :</b> LA TRISTESSE .....	page 15
<b>ACTIVITE 6 :</b> LE CYCLE DE LA VIOLENCE .....	page 18
<b>ACTIVITE 7 :</b> LE SOUTIEN : QUI PEUT M'AIDER ? A QUI JE PEUX FAIRE CONFIANCE ? .....	page 24
<b>ACTIVITE 8 :</b> GÉRER LE SECRET DE LA VIOLENCE .....	page 27
<b>ACTIVITE 9 :</b> CONSTRUIRE UN PLAN DE SÉCURITÉ .....	page 30
<b>ACTIVITE 10 :</b> IMAGINER SON AVENIR : LA FAMILLE QUE J'AI ET LA FAMILLE QUE JE VEUX QUAND JE SERAI GRAND-E .....	page 32



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



# DIX ACTIVITÉS POUR DES ENFANTS ET LEURS MÈRES FACE AUX VIOLENCES DANS LE COUPLE



## PRÉSENTATION DE LA RECHERCHE ACTION

Ce guide est le fruit de trois ans de travail effectué par l'équipe de l'unité enfants et adolescents du centre de psychotrauma de l'institut de victimologie de Paris, en partenariat avec l'Observatoire des violences envers les femmes du Conseil général de la Seine-Saint-Denis. Grâce à ce travail, des outils innovants pour travailler avec des mères et des enfants victimes de violences dans le couple, ont pu être créés et expérimentés. Ces outils ont fait partie d'une recherche action destinée à des femmes victimes de violences et à leurs enfants, accompagnés par l'association SOS Femmes 93.

Cette recherche action a permis d'évaluer les éventuelles souffrances liées aux violences conjugales chez ces femmes et leurs enfants, grâce à des groupes de parole autour de la parentalité pour les femmes et simultanément des groupes d'activités thérapeutiques pour leurs enfants scolarisés en école maternelle ou en école primaire.

De nombreuses études démontrent que les violences conjugales ont un impact néfaste sur le bien-être psychologique, neurologique et social de l'enfant. Des souffrances post-traumatiques, dépressives, psychosomatiques, et comportementales sont fréquentes. Ces effets délétères ont été décrits en détail dans le premier livret « Violences faites aux femmes, les enfants souffrent : Les mots pour le dire » édité par le Conseil Général de la Seine-Saint-Denis.

Il faut souligner que les violences conjugales ne s'arrêtent pas avec la fin de la relation de couple. De multiples recherches démontrent que l'auteur continue souvent à exercer des violences envers son ex conjointe, par le biais du seul lien qui continue à les unir : celui de la parentalité. Ainsi, les enfants se trouvent au cœur de la violence.

## LES PARTICIPANT-E-S AUX GROUPES

30 femmes âgées de 24 à 57 ans, victimes de violences conjugales et séparées du conjoint violent, et 33 de leurs enfants âgés de 3 à 10 ans, ont participé aux groupes de la recherche action.

Au moment de l'intervention :

- ⇒ 40% de ces familles vivaient dans un logement personnel,
- ⇒ 28,6% dans un foyer d'hébergement,
- ⇒ 21,4% dans un autre type de logement (famille, amis...).

Pour tous - sauf un enfant, les violences conjugales ont été commises par le père biologique. Tous les enfants ont été témoins de violences, incluant menaces ou commission de coups et de blessures, menaces de mort et tentatives de meurtre.

Un tiers des enfants avait subi des violences physiques de la part de l'auteur des violences conjugales.

Des évaluations de souffrance psychologique en lien avec les violences ont indiqué que plus de la moitié des enfants souffrait de signes anxieux (60%) et de reviviscences traumatiques par rapport à ces violences (60%).

Il en va de même pour leurs mères, avec 80% de femmes présentant des signes cliniques compatibles avec un état de stress post-traumatique et plus de la moitié des enfants souffrait d'un état dépressif majeur.

**Cette souffrance a été abordée dans les groupes de parole pour les femmes en tant que mono parents, et dans les groupes d'activité thérapeutique pour les enfants.**

**D'après les femmes et les enfants qui ont participé à ces groupes, l'expérience a été positive.**

## Les femmes :

*« Depuis le groupe, je peux plus facilement parler de la violence qu'on a vécu ».*

*« Je ne me rendais pas compte avant comment mes enfants aussi ont souffert de la violence ».*

*« Le groupe nous a aidés à parler de la violence avec nos enfants et à trouver des manières pour les aider quand ils voient leur père qui continue à leur dire des choses violentes sur nous ».*

*« Ces groupes ont été différents de tous les autres suivis psychologiques de mon enfant. Les autres psychologues ne parlaient jamais avec mon enfant de la violence conjugale. Ici ils l'ont fait et mon enfant est soulagé ».*

## Les enfants :

*« J'ai compris que je n'étais pas tout seul ».*

*« Ça m'a aidé pour savoir quoi dire à papa quand il me pose des questions sur maman ».*

*« C'est plus facile pour moi de parler de la violence à maman. »*

*« C'est plus facile maintenant de parler de mes sentiments ».*

*« Je me sens mieux ».*

Plusieurs femmes et enfants ont formulé le souhait que de telles interventions soient incluses dans l'accompagnement dont ils bénéficient.



## OBJECTIFS

Les activités ici présentées sont inspirées des groupes menés au cours de la recherche-action.

Ces activités ont pour objectif de briser le silence autour des violences conjugales chez l'enfant, de l'aider à verbaliser ses sentiments et de trouver des stratégies autant pragmatiques qu'adaptées à la réalité de la violence qu'ils ont vécue, et parfois qu'ils continuent à vivre dans leur relation avec le père auteur.

Toutes les activités cherchent à amplifier les facteurs associés à la résilience psychologique : donner du sens aux événements traumatiques, activer du soutien social, stimuler des stratégies d'adaptation appropriées et planifiées pour l'avenir.

Ces activités peuvent être proposées par tout-e professionnel-le qui accompagne soit des enfants, soit des femmes victimes de violences conjugales. Le seul pré-requis est d'avoir été formé aux spécificités des violences dans le couple, d'être prêt-e à recevoir le vécu de ces femmes et de ces enfants, et de connaître les réseaux d'accompagnement particuliers à cette problématique.

Les activités proposées dans ce guide sont mieux adaptées pour des enfants d'école primaire, mais peuvent être déclinées pour des enfants d'école maternelle.

Chaque activité peut être aussi proposée à la mère victime de violences conjugales dans l'objectif d'amplifier ses compétences parentales autour de son enfant en souffrance.

Les activités proposées ont des buts spécifiques :

- ⇒ nommer la violence conjugale pour briser un silence qui isole l'enfant,
- ⇒ identifier ses émotions, car ce processus est souvent inhibé chez les enfants exposés aux violences dans le couple,
- ⇒ trouver des stratégies autour des sentiments ressentis (peur, colère, tristesse, etc.) si fréquents dans ces contextes de violences dans le couple,
- ⇒ comprendre le cycle de la violence pour donner du sens à ce qui se passe,
- ⇒ identifier et activer du soutien social, pour promouvoir un des facteurs les plus importants de la résilience psychosociale,
- ⇒ gérer la réalité des secrets en raison des violences, pour pouvoir identifier avec qui l'enfant peut partager son intimité,
- ⇒ construire un plan en cas de reprise des violences, pour se sentir davantage en sécurité et pour pouvoir faire face aux violences sans se mettre en danger,
- ⇒ imaginer un avenir, pour souligner à l'enfant qu'il n'est pas destiné à la répétition de la violence, et qu'il ou elle peut construire un autre avenir.

Telles sont les activités proposées dans ce guide pour permettre d'aborder de manière ludique, pédagogique, ou thérapeutique un thème aussi grave que pertinent dans la vie de ces enfants.

**Nos remerciements** aux psychologues de l'unité enfant de l'Institut de victimologie : Verica Jeremic, Emilie Lebourg, Jessica Leger, Diana Sistiva, Sonia Tabbakh, ainsi que Florent Freneuil qui ont contribué avec énergie à la création des outils pour des enfants face aux violences conjugales.

Nos remerciements à Marianne Kedia, docteure en psychologie clinique, qui a mené les aspects scientifiques de cette recherche avec rigueur et pragmatisme.

Nos remerciements à Ernestine Ronai, responsable de l'Observatoire des violences envers les femmes et au Conseil général de la Seine Saint-Denis qui ont cru en ce projet, ainsi qu'à l'équipe de SOS Femmes 93 qui a été un partenaire primordial.

Et nos remerciements les plus vifs aux femmes et aux enfants qui nous ont appris comment les accompagner.

**GUIDE PRATIQUE :  
10 ACTIVITÉS POUR AIDER LA  
MÈRE ET L'ENFANT VICTIME  
DES VIOLENCES  
DANS LE COUPLE**

**ACTIVITÉ-1**

**LE VÉCU DES VIOLENCES CONJUGALES**

**Qu'est-ce que signifient les « violences conjugales » ?**  
Cela veut dire que l'un de tes deux parents est frappé ou blessé par l'autre parent.

Quand on parle de violences conjugales, on parle de pères ou de beaux-pères, qui font du mal ou blessent ta mère.

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

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

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

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

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

***Entoure** les sortes de violences qui se sont passées parmi les propositions suivantes :*

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

**⇒ Est-ce qu'il y a d'autres choses violentes qui se sont passées dans ta famille et qui n'apparaissent pas sur la liste précédente ?**

*Si tu veux, tu peux les **écrire** ici :*

.....

.....

.....

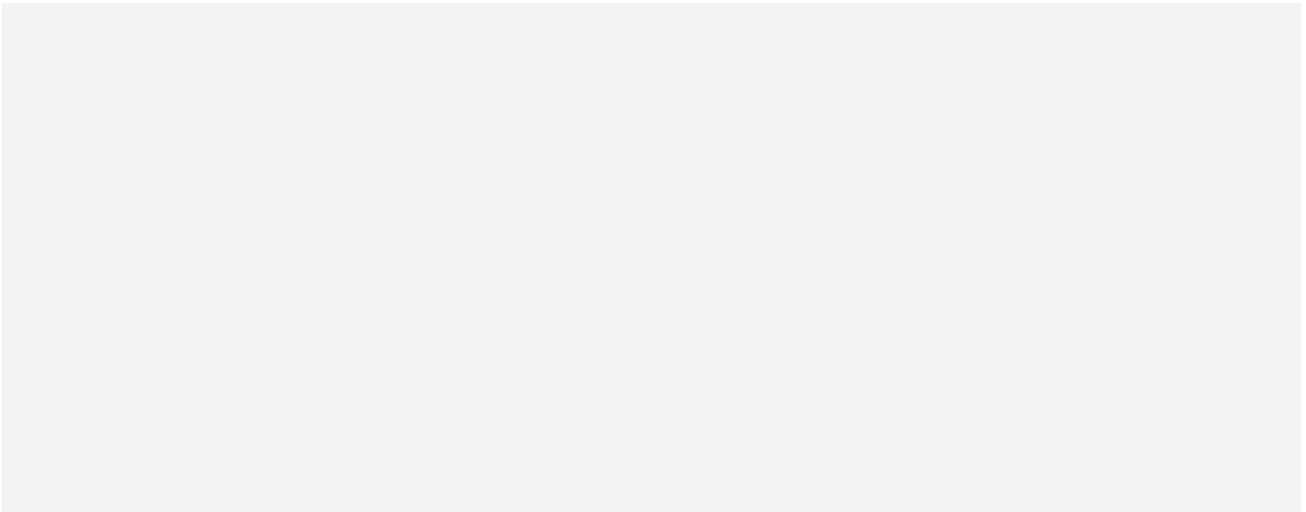
.....

.....

.....

⇒ **Fais un dessin des violences qui se sont passées dans ta famille.**

Tu peux dessiner le plus mauvais souvenir des violences ou choisir de représenter un autre moment :



⇒ **Raconte ce qu'il t'est passé pour toi en répondant aux questions suivantes :**

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

.....  
.....

- Que faisais-tu pendant les violences ?

.....  
.....

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

.....  
.....

- Que s'est-il passé ensuite ?

.....  
.....

**ET POUR LES MÈRES VICTIMES DE VIOLENCES CONJUGALES :**

⇒ **Pensez-vous que vos enfants sont encore affectés par la violence ?**

.....

⇒ **Si non, comment pensez-vous que les enfants ont pu l'éviter ?**

.....

⇒ **Quels sont les signes de souffrance que vous avez repérés chez l'enfant ?**

.....



# ACTIVITE-2

## IDENTIFICATION DES SENTIMENTS, DES EMOTIONS : QU'EST-CE QUE JE RESSENS ?

**Nous allons parler de tes émotions, de tes sentiments.**

Mais sais-tu ce que sont les sentiments ?

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

### ⇒ Mes émotions

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

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



**PEUR**



*joie*



**colère**



*tristesse*

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

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



Je me sens content-e quand :

.....



Je me sens triste quand :

.....



Je me sens en colère quand :

.....



Je ressens de la peur quand :

.....

Parfois, quand on se sent triste, en colère, avec de la peur ou de la joie, cela se voit par nos réactions, nos comportements. On pleure, on crie, on se bagarre, on rigole, on sourit...

Regarde le comportement des « smiley » ci-dessous :



pleurer



rester  
silencieux



rigoler



trembler  
s'agiter



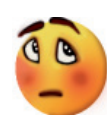
envie de  
pleurer



se bagarrer



malade  
avoir mal  
quelque part



se sentir  
mal à l'aise  
avoir honte

### ⇒ Et toi, comment peut-on voir quand tu es en **colère** ?

Entoure en rouge les comportements des smiley que tu as quand tu es en colère.

Si tu as d'autres réactions qui n'ont pas été décrites ci-dessus quand tu es en colère, tu peux les décrire ici :

### ⇒ Et toi, comment peut-on voir quand tu es **triste** ?

Entoure en vert les comportements des smiley que tu peux avoir quand tu es triste.

Si tu as d'autres réactions qui n'ont pas été décrites ci-dessus quand tu es triste, tu peux les décrire ici :

### ⇒ Et toi, comment peut-on voir quand tu es **content-e** ?

Entoure en bleu les comportements des smiley que tu peux avoir quand tu es content-e

Si tu as d'autres réactions qui n'ont pas été décrites ci-dessus quand tu es content-e, tu peux les décrire ici :

### ⇒ Et toi, comment peut-on voir quand tu as **peur** ?

Entoure en jaune les comportements des smiley que tu peux avoir quand tu as peur.

Si tu as d'autres réactions qui n'ont pas été décrites ci-dessus quand tu as peur, tu peux les décrire ici :

ET POUR LES MÈRES VICTIMES DE VIOLENCES CONJUGALES :

### ⇒ Quelles sont les manifestations de peur et de colère chez vos enfants ?

Il est important de montrer et de dire sa peur : la peur n'est pas dangereuse, au contraire, elle protège contre la tolérance à la violence et face à l'absence de conscience dans une situation de danger.

Il faut faire la distinction entre une colère destructrice retournée contre soi ou les autres (indifférenciés) et une colère justifiée (contre la violence par exemple) qui peut être utilisée pour faire changer les choses en mieux (par exemple intégrer une association de lutte contre les violences, etc.).

# ACTIVITÉ-3

## DIFFERENCIER LA COLERE DE LA VIOLENCE

Les violences à la maison peuvent te faire ressentir des sentiments de colère.

**La colère ne signifie pas être violent-e !**

**Tu peux être en colère mais ne pas être violent-e.**

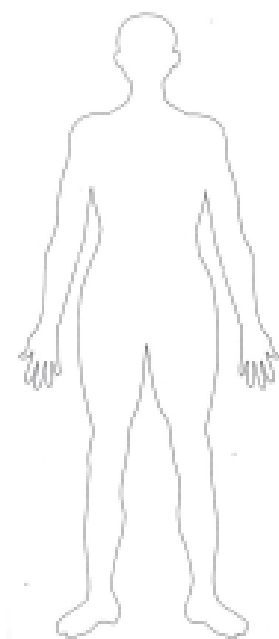
Il y a beaucoup de personnes qui sont en colère et qui l'expriment sans crier ou frapper.

On peut même utiliser sa colère de manière constructive, en essayant de changer des choses.

Par exemple, certains rappeurs, chanteurs expriment leur colère par des chansons que tu peux écouter à la radio.

### ⇒ Où ressens-tu la colère dans ton corps ?

Colorie les endroits de ton corps où tu ressens de la colère :



### ⇒ Comment peut-on voir sur ton corps que tu es en colère ?

Tu peux regarder le comportement des smiley pour t'aider à répondre à cette question.

.....

.....

**Raconte** ce qui se passe pour toi en répondant aux questions suivantes :

### ⇒ Qu'est-ce qui te met en colère dans les violences que tu as vues à la maison ?

.....

.....

### ⇒ Comment peux-tu utiliser ta colère de manière constructive ? Car la colère n'est pas la violence ! Tu peux utiliser la colère pour changer les choses.

.....

.....



⇒ Tu peux faire un poster avec la personne qui t'accompagne, sur des personnes qui ont utilisé leur colère pour changer le monde en mieux, sans violence (par exemple).

---

---

⇒ Est-ce que être en colère signifie devenir comme celui qui est violent à la maison ?

---

---

⇒ Est-ce que tu es violent-e avec toi-même (en te frappant, en te rabaisant ou en te faisant d'autres choses) ?

---

---

⇒ Est-ce que tu es parfois violent-e avec les autres (en les frappant, les insultant, en leur faisant du mal) ?

---

---

⇒ Quand tu es en colère, que pourrais-tu faire au lieu de taper ou de faire mal ?

Entoure les choses que tu pourrais faire :

- prévenir la maîtresse, maman, un adulte de confiance,
- dire ta colère en parlant,
- te calmer, te mettre à l'écart le temps que la colère se calme,
- exprimer ta colère en dessinant,
- écrire ta colère sur un cahier ou un journal intime,
- sortir ta colère par une activité sportive,
- exprimer ta colère par une activité artistique,
- autres choses que tu pourrais faire :

---

---

**Fais** avec la personne qui t'accompagne **l'exercice du volcan de colère** avec du vinaigre et du bicarbonate. Chaque cuillère de bicarbonate représente une chose qui t'énerve. Tu verras qu'à un moment ça va exploser !

Maintenant **refais le volcan**, mais ajoute un coton qui représente quelqu'un ou quelque chose qui peut t'aider à ne pas exploser ! Tu verras que le volcan n'explose pas !

## ET POUR LES MÈRES VICTIMES DE VIOLENCES CONJUGALES :

Vous pouvez faire ensemble avec votre enfant un Volcan de colère.

- ⇒ Est-ce que vous pouvez identifier les tensions qui peuvent s'accumuler chez votre enfant ?
- ⇒ Pouvez-vous aider votre enfant à penser aux cotons qui peuvent absorber ses tensions ?

# ACTIVITE-4

## RESPIRER POUR RÉTRÉCIR LA PEUR

**Avoir peur** signifie que quelque chose d'effrayant est en train d'arriver. Quand tu as peur, ton cerveau te dit qu'il faut que tu fasses quelque chose pour te sauver, te protéger.

La partie de notre cerveau qui nous envoie le signal de peur est très âgé, cette partie du cerveau existait déjà chez les hommes des cavernes !

Quand tu as peur des violences qui se passent dans ta famille, ton corps te dit qu'il se passe quelque chose de dangereux

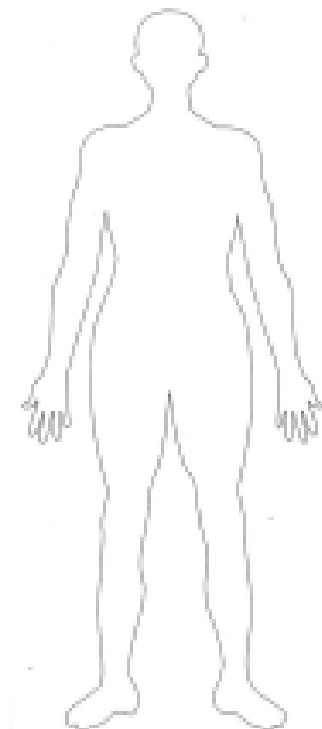
### ⇒ Comment te sens-tu dans ton corps quand tu as peur des violences à la maison ?

Entoure comment tu te sens dans ton corps quand tu as peur parmi les propositions faites ci-dessous :

- ton cœur bat plus vite ou plus fort
- tu as un nœud à l'estomac
- c'est difficile de parler
- tu as envie de crier
- tu transpires
- tu respirez rapidement
- tu trembles
- tu ne peux plus penser
- ta respiration se bloque
- tu fais pipi ou caca sur toi
- tes jambes sont comme du coton
- tu n'arrives plus à bouger

### ⇒ Où ressens-tu de la peur dans ton corps ?

Colorie les endroits de ton corps où tu ressens de la peur :



⇒ **Comment peut-on voir sur ton corps que tu as peur ?**

*Tu peux regarder le comportement des smiley pour t'aider à répondre à cette question.*

---

---

---

---

***Tu peux réaliser ici un dessin*** de tes sentiments de peur.

*Ça peut-être un dessin de ta peur, un dessin de ce qui te fait peur dans les violences à la maison ou juste un gribouillage de tes émotions de peur :*

⇒ **Quelles sont les peurs que tu ressens au sujet des violences qui se sont produites dans ta famille :**

**Entoure** ce qui te fait peur parmi les propositions suivantes

- Maman pourrait être blessée
- Maman pourrait mourir
- Je pourrais être blessé-e
- Je pourrais ne plus voir papa un jour
- Je ne pourrais pas protéger maman
- Je ne pourrais pas empêcher papa de faire du mal à maman
- Je ne pourrais pas protéger mes frères ou sœurs
- Je pourrais faire quelque chose de violent à mon papa, beau père ou maman
- Je pourrais ne plus être aimé-e par papa
- Je pourrais ne plus être aimé-e par maman
  
- D'autres choses me font peur

---

---

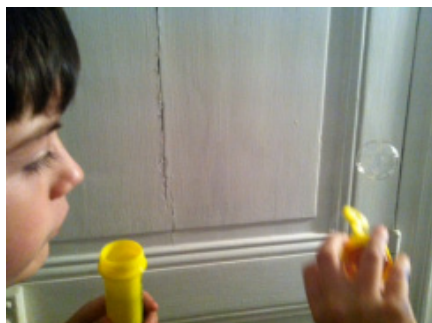


## ⇒ Quelles sont les choses que tu peux faire et qui peuvent t'aider à réduire ton sentiment de peur ?

Entoure toutes les choses qui pourraient t'aider à avoir moins peur :

- Demander de l'aide
- Avoir un plan
- Gérer ta respiration (en faisant des bulles de savon ou en faisant semblant de souffler sur des bougies)
- Prendre ton doudou/nounours
- Faire un câlin à quelqu'un que tu aimes
- Être avec ton animal de compagnie
- Écouter de la musique
- Parler du sentiment de peur à une personne de confiance
- Jouer, t'amuser
- Faire une activité que tu aimes

- Autres choses que tu pourrais faire :



*Tu peux respirer  
pour réduire ta peur  
en faisant des bulles de savon.  
Plus tu respireras profondément,  
plus tu feras de bulles,  
et plus tu seras détendu-e !*

### ET POUR LES MÈRES VICTIMES DE VIOLENCES CONJUGALES :

Vous pouvez faire les exercices de respiration ensemble avec votre enfant, soit en utilisant des bulles de savon, soit en soufflant des bougies imaginaires sur vos doigts.

Vous pouvez faire ces exercices de respiration avec votre enfant tous les soirs pour évacuer l'anxiété et partager un moment de détente ensemble.

# ACTIVITE-5

## LA TRISTESSE

**Se sentir triste signifie qu'on a perdu quelque chose qu'on avait avant.**

Quand tu grandis avec les violences, tu te rends compte que c'est différent dans les autres familles. Certaines familles que tu vois chez tes amis, à la télévision, ou dans les histoires, paraissent plus heureuses car elles ne connaissent pas la violence.

Subir la violence à la maison peut te faire ressentir de la tristesse, parfois même de la culpabilité et de la honte.

Souvent, les enfants se sentent responsables des violences à la maison. Ils ont l'impression que c'est de leur faute.

Beaucoup d'enfants ressentent de la honte : ils ont honte de ce qui se passe dans leur famille. C'est pour cette raison qu'ils refusent de parler de ce qui se passe à d'autres personnes.

### ⇒ Comment te sens-tu quand tu es triste ?

Entoure comment tu te sens quand tu es triste parmi les propositions suivantes :

- tu as envie de pleurer
- tu as envie de crier
- tu n'as plus d'énergie
- tu n'as plus envie de jouer
- tu as mal au ventre, à la tête
- tu as la gorge nouée
- tu as envie de rester seul-e
- tu as toujours envie de dormir
- tu n'as plus faim

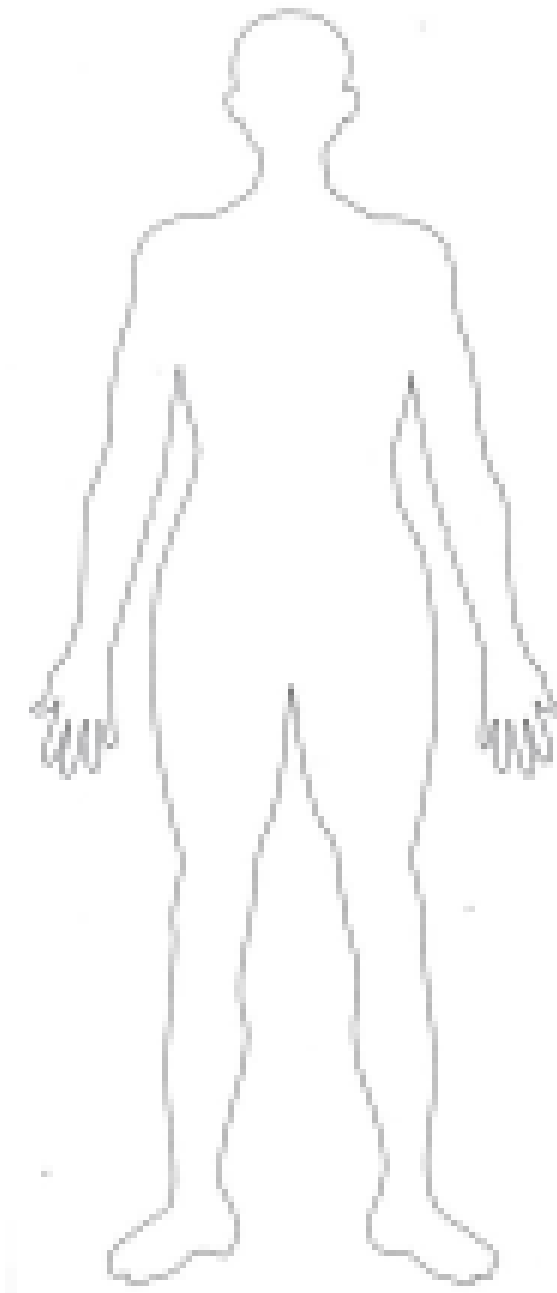
- Tu ressens d'autres choses :

.....

.....

⇒ **Où ressens-tu de la tristesse dans ton corps ?**

*Colorie les endroits de ton corps où tu ressens de la tristesse :*



⇒ **Comment peut-on voir sur ton corps que tu es triste ?**

*Tu peux regarder le comportement des smiley pour t'aider à répondre à cette question.*

.....

.....

.....

.....

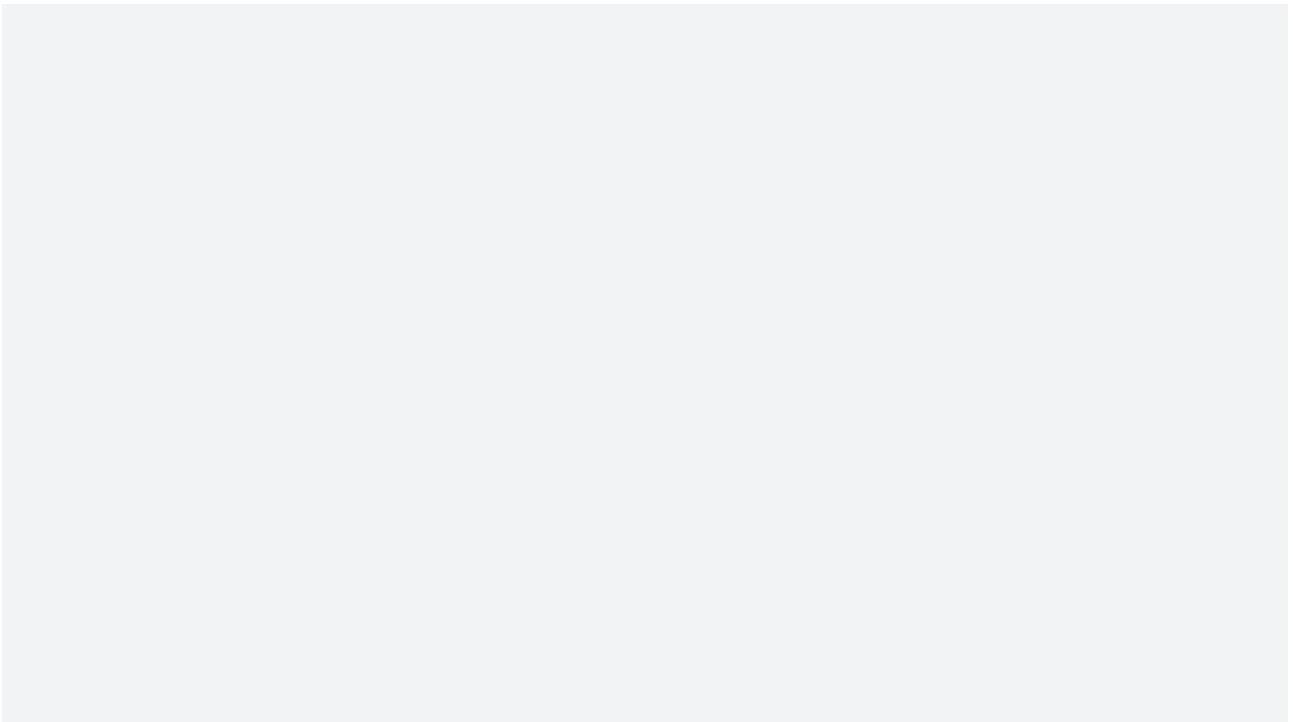


⇒ **Qu'est-ce qui te rend triste dans les violences qui se sont passées dans ta famille ?**

Entoure ce qui te rend triste parmi les propositions suivantes :

- Ma famille n'est pas comme les autres familles
  - J'ai honte d'inviter des amis à la maison
  - Je ne veux pas que les autres se moquent ou aient pitié de moi
  - Je me sens triste ou déçu-e que les autres personnes ne nous aident pas
  - Je pense que les violences sont de ma faute
  - Je suis triste que maman ou mes sœur/frère soient malheureux
  
  - D'autres choses me rendent triste :
- .....
- .....

Tu peux dessiner ou faire un collage (coller des images trouvées dans les magazines ou livres) de toutes les choses qui te rendent triste au sujet des violences qui se sont passées dans ta famille :



Une chose que tu peux faire quand tu es triste est de faire la danse de la joie.

Choisis une chanson joyeuse que tu aimes bien et chante-la ou bien danse !

Même si tu as de bonnes raisons pour être triste, tu peux prendre des vacances par rapport à ta tristesse.

ET POUR LES MÈRES VICTIMES DE VIOLENCES CONJUGALES :

⇒ **Quelles sont les choses liées à la violence dont vous imaginez qu'elles rendent votre enfant triste ?**

⇒ **Quels sont les signes de tristesse chez votre enfant ?**

Vous pouvez chanter avec vos enfants ou danser avec eux pour faire une pause par rapport à la tristesse.

# ACTIVITE-6

## LE CYCLE DE LA VIOLENCE

**Comme tout autre type de violence, la violence conjugale suit un cycle.**

Un cycle est quelque chose qui arrive encore et encore, de la même manière. Cela signifie que le cycle est « prévisible », c'est-à-dire que tu peux savoir ce qui va se passer.

Par exemple, la nature suit un cycle. Il y a d'abord le printemps, puis l'été, ensuite l'automne et enfin l'hiver. Tous les ans les saisons suivent le même cycle. Il en est de même pour le cycle des jours. D'abord il y a le matin, puis l'après-midi, ensuite le soir et enfin la nuit. Tous les jours suivent le même cycle.

Cela se passe de la même façon pour les violences conjugales, il y a un cycle des violences qui se reproduit encore et encore.

Dans les violences conjugales, le cycle de la violence se compose de 4 temps :

**1 - un temps « normal »**

**2 - un temps de tensions, l'énervernement commence**

**3 - un temps de violences**

**4 - un temps de lune de miel**

Dans chaque phase, il y a des choses qui arrivent mais qui sont différentes dans chaque famille.

*Par exemple, dans certaines familles, la phase « normale » sera la phase où le papa et la maman ne se disputent pas, les enfants jouent ; la phase de tension sera le moment où le papa commence à dire des mots méchants ; la phase de violence sera le moment où le papa tape la maman et la phase de lune de miel sera la phase où le papa s'excuse et dit à la maman qu'il l'aime.*

⇒ **Dans ta famille quel est le cycle de la violence ? Il y a peut-être des choses identiques et différentes du cycle décrit en exemple ?**

Décris ce qui se passe dans chacune des phases et donne des exemples.

### La phase normale :

Que se passe-t-il pendant la phase normale ?

.....

.....

Qu'aimes-tu dans cette phase ?

.....

.....

Qu'est-ce que tu n'aimes pas dans cette phase ?

.....

.....

Que fais-tu pendant cette phase ?

.....

.....

Comment te sens-tu pendant cette phase ? Tu peux t'aider des smiley des émotions

---

---

Comment se sent papa ?

---

---

Comment se sent maman ?

---

---

Comment se sent ton frère ou ta sœur ?

---

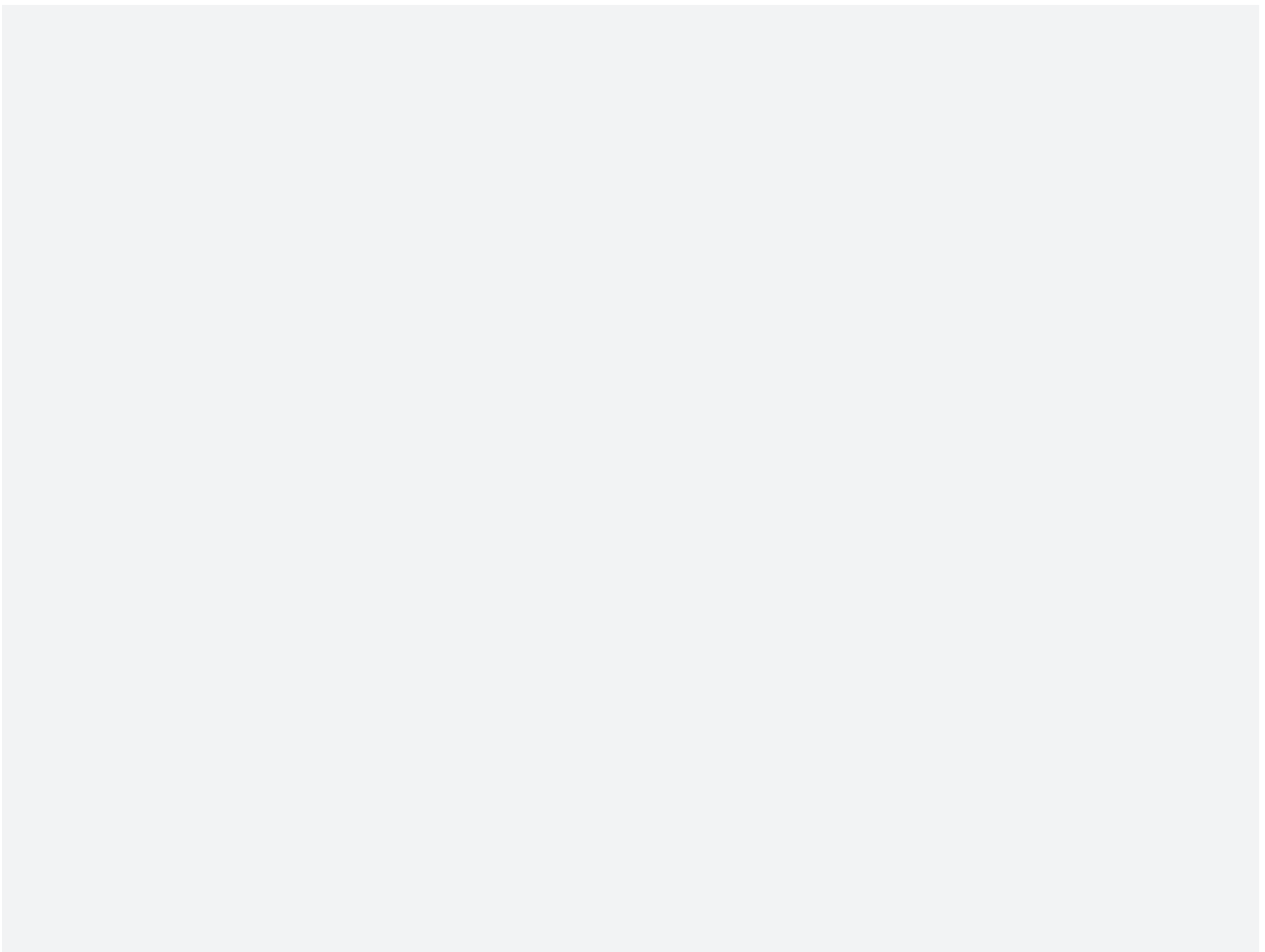
---

Est-ce que cette phase dure longtemps ?

---

---

**Réalise** un dessin de ta famille dans la phase « normale » :





## La phase de tension :

Que se passe t-il pendant la phase de tensions ?

---

---

Qu'aimes-tu dans cette phase ?

---

---

Qu'est-ce que tu n'aimes pas dans cette phase ?

---

---

Que fais- tu pendant cette phase ?

---

---

Comment te sens-tu pendant cette phase ? Tu peux t'aider des smiley des émotions

---

---

Comment se sent papa ?

---

---

Comment se sent maman ?

---

---

Comment se sent ton frère ou ta sœur ?

---

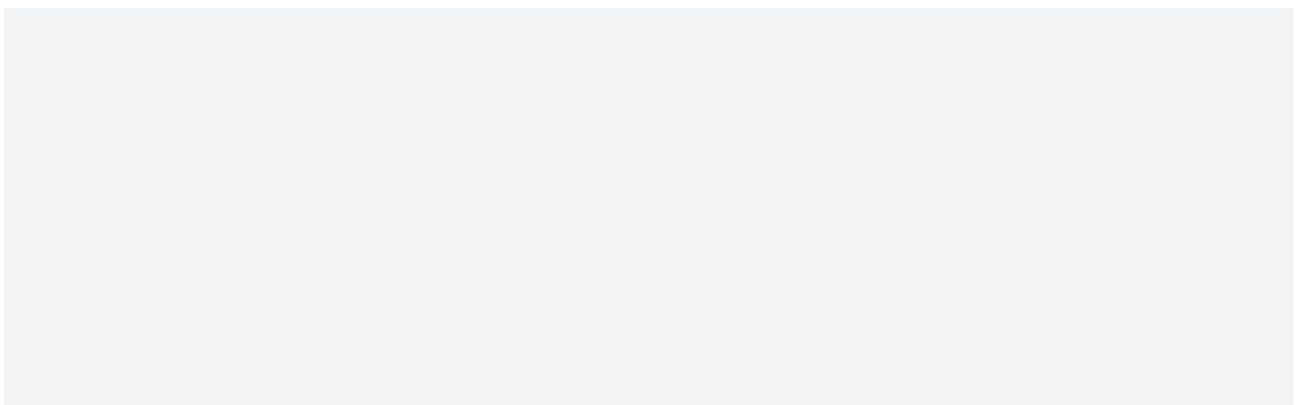
---

Est-ce que cette phase dure longtemps ?

---

---

***Réalise un dessin de ta famille dans la phase de tensions :***



## La phase de violences :

Que se passe t-il pendant la phase de violences ?

---

---

Qu'aimes-tu dans cette phase ?

---

---

Qu'est-ce que tu n'aimes pas dans cette phase ?

---

---

Que fais-tu pendant cette phase ?

---

---

Comment te sens-tu pendant cette phase ? Tu peux t'aider des smiley des émotions

---

---

Comment se sent papa ?

---

---

Comment se sent maman ?

---

---

Comment se sent ton frère ou ta sœur ?

---

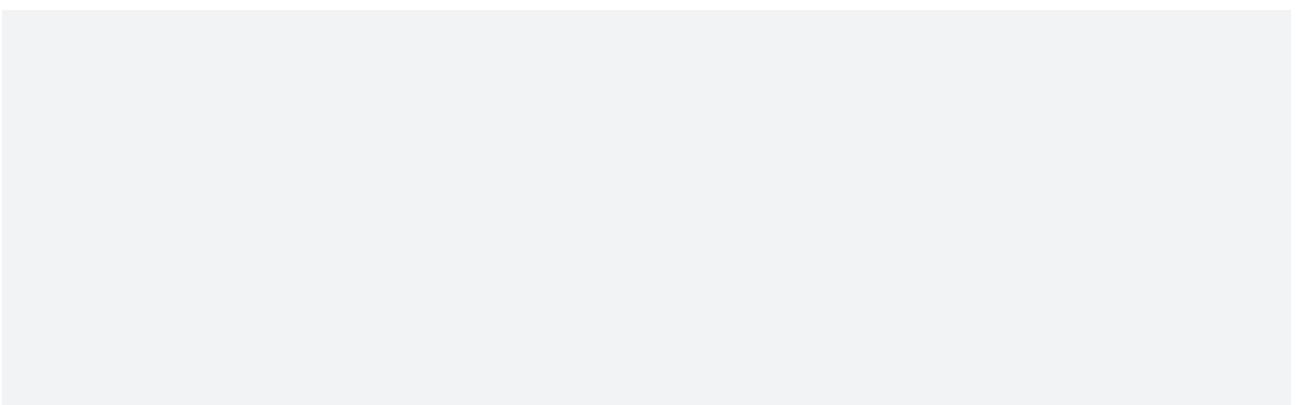
---

Est-ce que cette phase dure longtemps ?

---

---

***Réalise un dessin de ta famille dans la phase de tensions :***



## La phase de lune de miel :

Que se passe t-il pendant la phase de lune de miel ?

---

---

Qu'aimes-tu dans cette phase ?

---

---

Qu'est-ce que tu n'aimes pas dans cette phase ?

---

---

Que fais- tu pendant cette phase ?

---

---

Comment te sens-tu pendant cette phase ? Tu peux t'aider des smiley des émotions

---

---

Comment se sent papa ?

---

---

Comment se sent maman ?

---

---

Comment se sent ton frère ou ta sœur ?

---

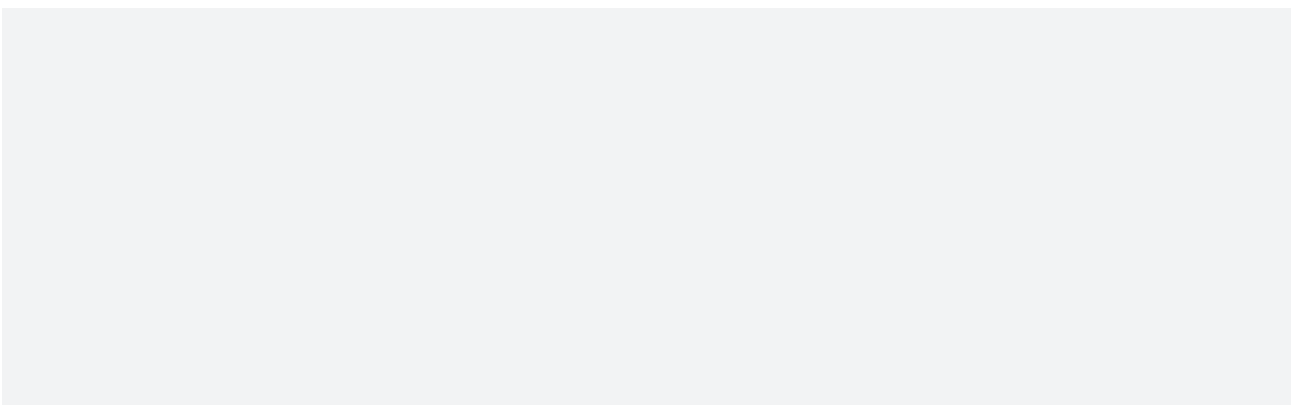
---

Est-ce que cette phase dure longtemps ?

---

---

*Dessine ta famille dans la phase de lune de miel:*



Si tu veux, tu peux dessiner l'horloge, le cycle des violences de ta famille.

Il te suffit de découper cette horloge en différentes phase, comme un camembert :



#### ET POUR LES MÈRES VICTIMES DE VIOLENCES CONJUGALES :

Vous pouvez dessiner le cycle de la violence et imaginer les sentiments de votre enfant à chaque phase. Vous pouvez imaginer avec votre enfant ce qu'il peut faire lors de chaque phase.

⇒ **Quelles sont les choses liées à la violence dont vous imaginez qu'elles rendent votre enfant triste?**

# ACTIVITE-7

## QUI PEUT M'AIDER ? A QUI JE PEUX FAIRE CONFIANCE ?

### **Partager ses secrets permet parfois de se sentir mieux, soutenu-e, compris-e.**

Quand les personnes sont au courant de ton secret, elles peuvent t'aider. Elles peuvent parler avec toi de ta tristesse, de ta colère et de ta peur. Elles peuvent t'aider à être plus heureux/se.

Il est important de pouvoir dire son secret à quelqu'un de confiance. On ne raconte pas ses secrets à tout le monde ! On raconte son secret aux personnes qu'on aime, aux personnes à qui ont fait confiance.

Il y a certainement des personnes autour de toi qui peuvent t'aider.

Il y a plein de manières différentes d'aider : certaines personnes peuvent t'aider en parlant, d'autres en jouant, d'autres encore en te soignant, en te faisant rire, en te faisant des câlins, en te protégeant...

⇒ **Dans cette activité, nous allons voir qui peut t'aider ? Comment ces personnes t'aident ? En qui tu peux avoir confiance ?**

***Entoure** ci-dessous les personnes qui peuvent t'aider :*

- Educatrice/Animatrice/Psychologue
- Pompier
- Papa/Tonton
- Grand-mère
- Amis/Cousins/Frères
- Policier
- Docteur
- Soeur/Amie/Cousine
- Maman/Tata
- Un super héros
- Ami/frère/cousin
- Maitresse
- Grand-père

*Si tu penses à d'autres personnes, inscris les ici :*

.....

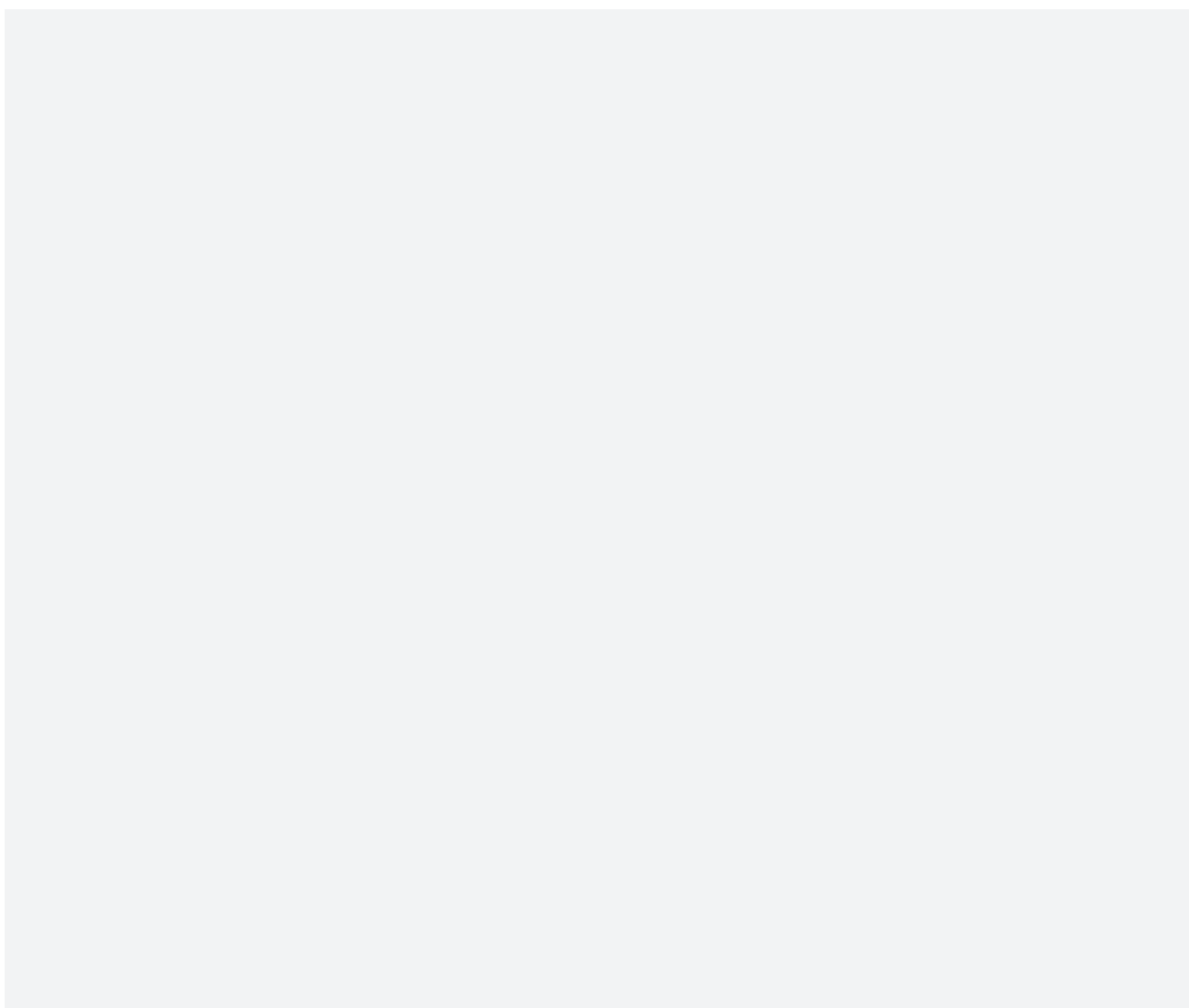
.....

.....

.....



**Maintenant, dessine toutes les personnes qui peuvent t'aider par rapport à la violence. Dessine-toi au milieu et mets autour de toi les personnes qui t'aident :**



⇒ **Maintenant, écris ici comment chacune des personnes que tu as dessinées t'aide.**

Tu te souviens que chaque personne t'aide différemment : en écoutant, en parlant, en jouant, en réconfortant, en soignant, en faisant des câlins, en expliquant, etc.

Mets le nom des personnes que tu as représentées sur les pointillés et explique comment cette personne t'aide :

**m'aide en**



**m'aide en**



**m'aide en**



**m'aide en**



**m'aide en**





# ACTIVITÉ-8

## GÉRER LE SECRET DE LA VIOLENCE

### As-tu des secrets ? Des bons ou des mauvais secrets ?

Les bons secrets permettent de se sentir bon à l'intérieur de soi : ils sont remplis de bonnes choses.

Les mauvais secrets te rendent triste ou honteux/se.

Parfois quand tu grandis avec la violence, tu apprends à garder le secret des violences.

Parfois, si maman quitte papa ou ton beau-père, tu dois garder secrète l'adresse de ta nouvelle maison.

Parfois, tu décides de partager ton secret avec quelqu'un. La personne que tu choisis pour partager ton secret est une personne en qui tu as confiance.

⇒ Dans cette activité, nous allons essayer de voir quelle est la différence entre les bons secrets, les mauvais secrets et l'intimité.

Je te propose de **créer ta boîte à secrets**. Tu pourras mettre tous tes secrets dedans.

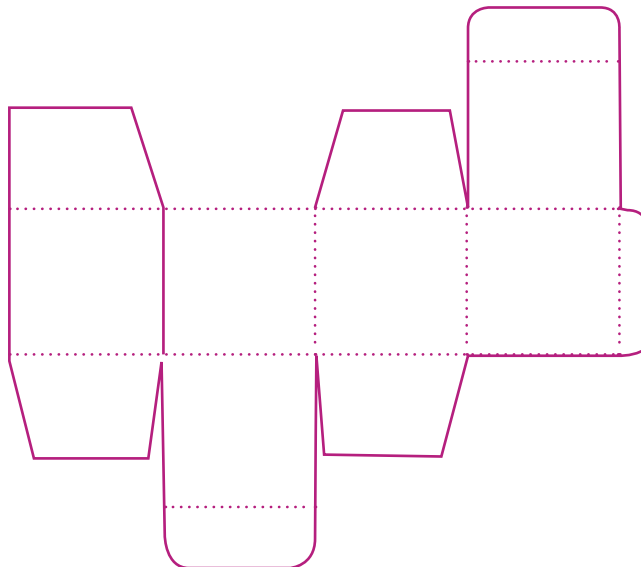
A l'intérieur tu pourras mettre des secrets que tu auras écrits ou dessinés. Ce sera ta boîte à secrets.

Ta boîte à secrets pourra ressembler à cela :



Voici le patron de ta boîte à secrets, fais-toi aider par un adulte pour la réaliser.

Une fois que ta boîte est terminée, tu peux la colorier et commencer à mettre tes secrets à l'intérieur.



### Ta boîte est terminée ?

As-tu écrit ou dessiné tes secrets par rapport à la violence ? Les as-tu rangés dans ta boîte ?

## ⇒ **Que ressens-tu quand tu penses à ton secret ?**

Entoure les réponses parmi les propositions qui suivent :

- mon secret me rend triste
- mon secret me rend content-e
- mon secret me rend en colère
- mon secret me fait peur
- mon secret me fait me sentir coupable
- mon secret me rend honteux/se
- mon secret me fait mal au cœur
- mon secret me donne envie de rigoler
- mon secret me donne envie de pleurer

## ⇒ **Partages-tu ce secret avec quelqu'un ? Avec qui pourrais-tu partager ce secret ?**

Entoure les réponses parmi les propositions qui suivent :

- Maman
- Tonton
- Tata
- Mon cousin
- Mon ami
- Papa
- Mon frère
- Ma sœur
- Le policier
- Ma cousine
- Le pompier
- Le docteur
- Le psychologue
- La maitresse
- L'éducateur
- L'animateur

## LES TYPES DE SECRETS

- Les **bons secrets** permettent de se sentir bien
- Les **secrets protecteurs** servent à se protéger de quelqu'un qui veut nous faire du mal. Par exemple cacher sa nouvelle adresse à celui qui était violent permet de se protéger des violences.
- Les **mauvais secrets** te font ressentir de la tristesse, de la colère, de la honte ou de la peur.
- **L'intimité, la vie privée** signifie qu'il y a des choses qu'on ne raconte pas à tout le monde. Ce sont des choses que tu partages avec des personnes de confiance, des personnes qui sont proches de toi.

## LE SECRET DES VIOLENCES ET L'ÉCOLE

**Est-ce que ton maître ou ta maîtresse sait qu'il y a eu des violences dans ta famille ?**

**Est-ce que tu sais si maman le lui a dit ?**

**Est-ce que tu veux que ton maître ou ta maîtresse le sache ?**

**Comment te sentirais-tu s'ils le savaient ? (Tu peux t'aider des smiley des émotions)**

- Être au courant des violences peut aider l'école à te protéger. Par exemple, en ne laissant pas ton papa venir te prendre à l'école si ce n'est pas son jour.
- Si ton école est au courant de ce qu'il s'est passé pour toi, ils pourraient mieux te comprendre si tu es triste, en colère ou si tu ressens de la peur.
- Parfois, t'inquiéter à propos des violences peut avoir une influence sur ton travail à l'école. Tu peux avoir plus de difficultés à te concentrer ou à travailler. Si ta maîtresse ou ton maître est au courant des violences, ils pourraient d'avantage t'aider à l'école.

## LE SECRET DES VIOLENCES ET LES AMIS

**Est-ce que tes amis savent qu'il y a eu des violences dans ta famille ?**

**Est-ce que certains d'entre eux connaissent la violence dans leur famille ?**

**Comment tes amis ont-ils découvert que tu as subi des violences dans ta famille ?**

**Comment te sentirais-tu s'ils savaient ce qu'il s'est passé pour toi ? (Tu peux t'aider des smiley des émotions)**

**Est-ce que tu fais des choses pour que tes amis ne soient pas au courant des violences ?**

**Est-ce que partager ton secret avec tes amis pourrait augmenter votre amitié ? Diminuer votre amitié ?**

**Si tu leur racontes les violences à la maison, est-ce que tu penses qu'ils pourraient te voir différemment ?**

**En qui pourrais-tu avoir confiance pour te confier ?**

**Que pourraient faire tes amis pour t'aider à partager tes sentiments avec eux ?**

**Avec quels amis pourrais-tu partager tes sentiments ?**

**Quels amis pourraient t'aider à t'amuser, à te sentir heureux/se ?**

## ET POUR LES MÈRES VICTIMES DE VIOLENCES CONJUGALES :

Nous allons essayer de distinguer quelles sont les informations dont vous estimez que votre enfant peut les partager avec son père, sans vous mettre en danger.

Avez-vous déjà partagé avec votre enfant des informations ? quelles sont les informations **rouges** (dangereuses) et **vertes** (pas dangereuses).

Vous allez avec votre enfant faire le tri sur une feuille **rouge** et une feuille **verte**.

Nous allons identifier avec vous et votre enfant avec qui il peut partager les informations dangereuses (éducateur, psychologue, assistant-e social-e, ami-e, etc).



## ACTIVITÉ-9

### CONSTRUIRE UN PLAN DE SÉCURITÉ

Quand on grandit avec la violence, une des choses qui fait peur, est le fait de ne pas savoir ce qu'il faut faire quand la violence arrive. On vit avec la peur de faire face à tout moment à une situation de danger et d'urgence.

Sais-tu qu'il y a des métiers où l'on doit faire face à l'urgence et au danger ?

La police, les pompiers, les personnes qui travaillent à l'hôpital par exemple, travaillent tous avec le danger et l'urgence.

Ils ont des « plans d'urgence » qui les aident à savoir ce qu'il faut faire pour gérer le danger et pour être en sécurité pendant qu'ils aident les personnes.

⇒ **Peut-être essaies-tu déjà de faire des choses pour que toi, tes frères, tes sœurs et ta maman soient en sécurité ?**

**Tu peux encercler ici les choses que tu as déjà faites quand la violence commence :**

- J'essaie d'arrêter mon père/beau-père de faire du mal à ma mère en me mettant au milieu d'eux.
- J'essaie de détourner l'attention sur moi.
- Je me cache dans la maison.
- J'amène mes frères et mes sœurs se cacher dans la maison.
- Je fais comme si je n'entendais pas la violence autour de moi (même si je l'entends vraiment).
- Je cherche l'aide des voisins.
- Je cherche l'aide de mes grands-parents.
- J'appelle la police.

**Quand il y a la violence conjugale, ce n'est pas à toi de protéger ta mère ou d'arrêter ton père/beau-père de faire du mal. C'est un travail de spécialistes, comme la police ou les pompiers.**

**Sais-tu comment appeler la police ?**

**Sais-tu si ta mère est d'accord pour que tu appelles la police s'il y a de la violence ?**

**Sais-tu si ta mère est d'accord pour que tu appelles les pompiers ?**

**Si ta mère est d'accord, tu peux jouer avec elle à appeler la police ou les pompiers.**

**Ca veut dire que ta mère doit t'aider à apprendre le numéro de téléphone et doit te montrer comment utiliser un téléphone pour le faire.**

**Ca veut dire aussi que ta mère doit t'aider à trouver un lieu où tu es en sécurité dans la maison pour pouvoir les appeler.**

**Quand tu parles avec la police tu dois leur dire ce qu'il se passe, par exemple :**

« Mon père est en train de taper ma mère. »

Si tu connais ton adresse, tu dois la dire pour que la police puisse venir et aider. Si tu ne la connais pas, tu peux l'apprendre par cœur pour la dire.

Tu peux demander à la personne qui fait cette activité avec toi de t'aider, toi et ta mère, à construire ce plan de sécurité.

Si ta mère n'est pas d'accord pour que tu appelles la police, tu peux lui demander de t'aider à trouver un lieu où tu es en sécurité dans la maison.

Tu peux demander à la personne qui t'aide dans cette activité de parler avec ta mère pour voir si elle est au moins d'accord pour que tu appelles les pompiers, si elle est tellement blessée qu'elle ne peut plus parler ou bouger.

**Quand tu parles avec les pompiers, tu dois leur dire ce qu'il se passe, par exemple :**

« Mon père a fait du mal à ma mère et maintenant elle ne peut pas bouger. »

Si tu connais ton adresse tu dois la dire pour que les pompiers puissent venir et aider. Si tu ne la connais pas, tu peux l'apprendre par cœur pour la dire.

Tu peux demander à la personne qui fait cette activité avec toi de t'aider, toi et ta mère, à construire ce plan de sécurité.



**ET POUR LES MÈRES VICTIMES DE VIOLENCES CONJUGALES :**

Nous allons reprendre ensemble les stratégies que votre/vos enfant-s mettaient (ou mettent encore) en place pour se protéger de la violence, en constatant que certaines sont adaptées et d'autres non, car pouvant vous mettre tous en danger (par exemple intervenir directement auprès du conjoint violent pour tenter de stopper la violence). Nous allons aborder maintenant avec vous et votre enfant - ce que votre enfant doit faire.

Seriez-vous d'accord pour que votre enfant appelle la police, les secours ou un adulte de confiance ? Nous allons simuler avec votre enfant la conversation et la mettre en œuvre (jouer la conversation au téléphone).

# ACTIVITE-10

IMAGINER SON AVENIR :  
LA FAMILLE QUE J'AI ET LA FAMILLE QUE JE VEUX QUAND JE SERAI GRAND-E.

Quand on grandit avec les violences, il arrive souvent de s'imaginer ou de rêver à une autre famille, une famille parfaite, idéale.

⇒ **Peux tu décrire qu'elle serait la famille parfaite pour toi ?**

Comment serait le papa ?

.....

Comment serait la maman ?

.....

Comment serait le frère et la sœur ?

.....

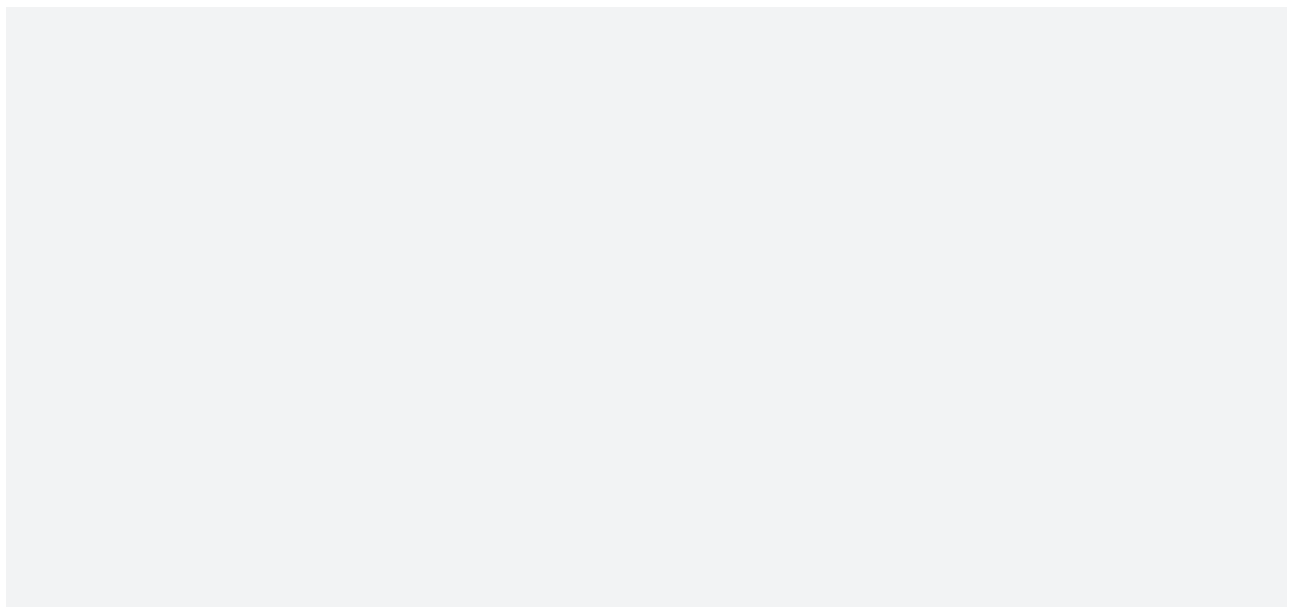
Comment serais- tu ?

.....

⇒ **Tu peux t'aider des mots ci-dessous pour décrire ta famille imaginaire :**

- |             |                |                   |                       |
|-------------|----------------|-------------------|-----------------------|
| - gentille  | - attentionnée | - parfaite        | - s'amuser            |
| - belle     | - attentive    | - sans dispute    | - rigoler             |
| - adorable  | - patiente     | - sans bagarre    | - danser              |
| - généreuse | - amusante     | - sans violence   | - chanter             |
| - joyeuse   | - douce        | - avec des câlins | - faire des activités |
| - heureuse  | - amoureuse    | - avec des bisous | - aller se promener   |

Si tu le souhaites, tu peux dessiner ici la famille de tes rêves :



⇒ **Maintenant, essaie de décrire ta famille réelle, la famille que tu as aujourd'hui :**

**Comment est ton papa ?**

.....

**Comment est ta maman ?**

.....

**Comment est ton frère ou ta sœur ?**

.....

**Comment es- tu ?**

.....

⇒ **Tu peux t'aider des mots ci-dessous pour décrire ta famille :**

- |             |                |                          |                       |
|-------------|----------------|--------------------------|-----------------------|
| - gentille  | - attentionnée | - sans violence          | - frapper             |
| - méchante  | - attentive    | - avec des câlins        | - rester seul-e       |
| - moche     | - patiente     | - avec des bisous        | - bouder              |
| - belle     | - impatiente   | - s'amuser               | - se taire            |
| - adorable  | - amusante     | - pleurer                | - rester silencieuse  |
| - vilaine   | - douce        | - trembler               | - avoir mal           |
| - généreuse | - brutale      | - être malade            | - rigoler             |
| - égoïste   | - violente     | - se bagarrer            | - danser              |
| - joyeuse   | - amoureuse    | - être violente          | - chanter             |
| - triste    | - parfaite     | - se disputer            | - faire des activités |
| - heureuse  | - horrible     | - ne s'occupe pas de moi | - aller se promener   |
| - en colère | - sans dispute | - gronder                |                       |
| - peureuse  | - sans bagarre | - taper                  |                       |

**Si tu le souhaites, tu peux dessiner ici ta famille réelle, la famille que tu as aujourd'hui :**

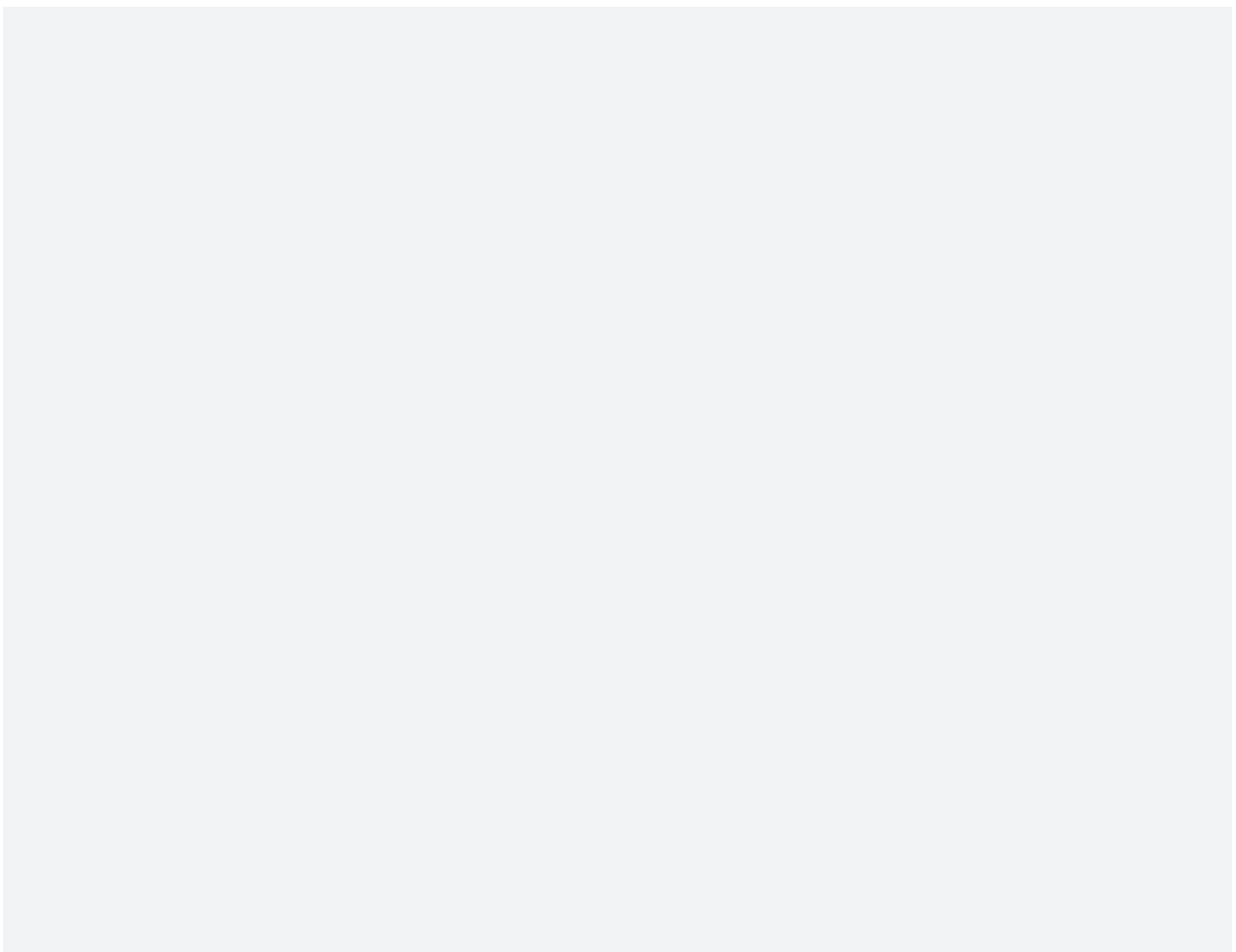
Quelles sont les différences entre les deux familles ?

Y a-t-il de bonnes choses, des qualités chez « la famille idéale » qui existent dans « ta famille réelle » ?

Si oui, est-ce que ces bonnes choses sont présentes tout le temps ou seulement de temps en temps ?

Ta famille idéale est quelque chose que tu peux essayer d'avoir et de construire quand tu seras grand-e avec ton ou ta partenaire et avec tes enfants.

Tu peux dessiner ici la famille que tu voudrais créer quand tu seras adulte :



## ET POUR LES MÈRES VICTIMES DE VIOLENCES CONJUGALES :

Je vous propose d'imaginer l'avenir de votre enfant en tant qu'adulte, conjoint-e, parent. Je vous propose de réfléchir à : - de qui votre enfant a-t-il besoin aujourd'hui pour pouvoir devenir cet adulte-là.

Nous allons identifier avec vous et votre enfant comment, selon vous, la présence ou l'absence d'exposition à la violence conjugale aujourd'hui peut participer à cet avenir souhaité.