

# J'ai pris connaissance d'actes de violence.

## Comment puis-je aider les personnes concernées?

Conseils d'expertes pour vous aider et vous conseiller dans vos démarches lorsque vous ne savez pas vers qui vous tourner.

- ➡ **Prenez le récit de la personne concernée au sérieux.**
- ➡ **Écoutez-la.**
- ➡ **Renseignez-vous sur la forme de soutien qu'elle attend.**
- ➡ **Allez à la rencontre de la femme**, dites-lui ce que vous présumez et ce que vous avez observé. Mais ne le faites que si vous la rencontrez **seule**.
- ➡ **Donnez à la femme le sentiment de la comprendre et de comprendre sa situation**, peu importe sa réaction.
- ➡ **Votre soutien est extrêmement important pour la femme concernée**, même si vous êtes incertain, voire dépassé par la situation. Des sentiments de peur, de colère, de désespoir et d'impuissance sont normaux dans une telle situation exceptionnelle.
- ➡ Même si la femme décline dans un premier temps votre proposition de l'aider, **n'hésitez pas à la renouveler constamment**.
- ➡ **Veillez aux besoins de la personne concernée**. Le fait de vous sentir dépassé(e) par les événements peut engendrer chez vous une volonté d'agir qui vous fait souvent négliger les besoins immédiats de la personne concernée.
- ➡ **Laissez la personne décider elle-même sur les démarches à suivre**. Chaque individu a son propre rythme et ses propres stratégies pour gérer son expérience. Il s'agit de l'accompagner et de l'aider et non pas de décider à sa place, même avec les meilleures intentions qui soient.
- ➡ **Accompagnez-la lors de ses premières démarches**, si elle le souhaite.
- ➡ Faites-lui comprendre que **les victimes ne sont pas responsables de la violence**. Les victimes de violence souffrent souvent de sentiments énormes de honte et de culpabilité. L'idée de base de dire que la faute commise est entièrement à imputer à l'agresseur et qu'il en porte la responsabilité représente pour les victimes de violence, pour la plupart du temps, un soulagement.
- ➡ **Ne blâmez pas la femme et ne la poussez pas dans la défensive.**
- ➡ **Ne dénigrez pas l'auteur des violences.**

- ➡ **Laissez-lui du temps.** Pour les membres de la famille et les ami(e)s, il est souvent difficile de comprendre pourquoi la personne concernée ne souhaite pas évoquer la violence et se retire, pourquoi elle ne souhaite pas entamer une action en justice contre le(s) agresseur(s), pourquoi elle ne se sépare pas de son agresseur et pourquoi elle semble vouloir - vu de l'extérieur - vivre une vie « normale » et cherche à oublier et à refouler les événements.
- ➡ **Respectez la décision de la femme, même si vous feriez autrement vous-même** (p. ex. dans le cadre d'une séparation).
- ➡ **Faites comprendre à la femme concernée votre volonté de l'aider dans les démarches** qu'elle souhaite entamer elle-même.
- ➡ **Ne l'obligez à rien.** Si la personne victime de violence n'a pas pu maîtriser la situation et que son «Non» n'a pas été respecté, il est particulièrement important d'accepter les souhaits et les décisions de la personne concernée afin de lui donner la possibilité de reprendre le contrôle de la situation.
- ➡ **N'envisagez et n'entreprenez rien sans l'accord de la personne concernée.** Les décisions doivent être prises en commun accord avec elle.
- ➡ **Donnez-lui l'adresse et le numéro de téléphone des centres d'aide contre la violence et des Maisons d'accueil pour femmes, servez-lui d'intermédiaire et accompagnez-la là-bas à un entretien.**
- ➡ **Acceptez d'être témoin,** cela peut s'avérer extrêmement important pour la victime.
- ➡ **Appelez la police en cas de violence dans votre quartier.** La police a l'obligation d'intervenir et de prendre les mesures appropriées.
- ➡ **En cas d'agression, évitez de vous mettre en danger.**
- ➡ **Signalez à la police et/ou à l'office de protection de la jeunesse toute agression envers des enfants.** Il est possible de donner des informations en gardant l'anonymat.
- ➡ **En tant que membre de la famille ou ami(e) vous pouvez faire appel à un service de conseil,** exprimer lors de l'entretien vos peurs et vos sentiments et trouver du soulagement grâce aux conseils d'expert(e)s, de manière à mieux gérer la relation avec votre amie, une personne apparentée ou encore une connaissance.