



**GOVERNEMENT**

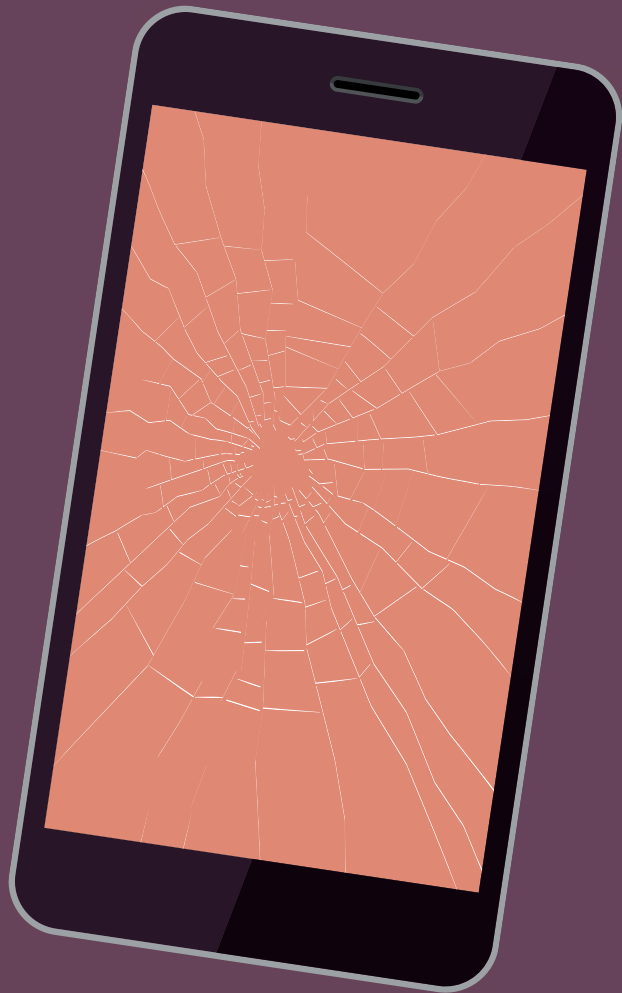
*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

Mission interministérielle  
pour la protection des femmes contre les violences  
et la lutte contre la traite des êtres humains

GUIDE

# LES (CYBER)VIOLENCES AU SEIN DU COUPLE

PREMIER ENTRETIEN  
D'UN PROFESSIONNEL OU  
D'UNE PROFESSIONNELLE  
AVEC UNE VICTIME  
DE (CYBER)VIOLENCES  
AU SEIN DU COUPLE



Réalisé par la Mission interministérielle  
pour la protection des femmes contre les violences  
et la lutte contre la traite des êtres humains (Miprof)  
et le Centre Hubertine Auclert

Ce guide a été élaboré

par la **Miprof**, mission interministérielle pour la protection des femmes contre les violences et la lutte contre la traite des êtres humains. Elle participe de manière active à l'élaboration et à la mise en place des politiques publiques en faveur de la protection des femmes contre les violences et de la lutte contre l'exploitation et la traite des êtres humains. Elle a pour missions principales : la définition d'un plan national de formation des professionnels et professionnelles sur les violences faites aux femmes et la création d'outils pédagogiques de formation et de sensibilisation ; le rôle d'observatoire national des violences faites aux femmes et le déploiement des observatoires territoriaux des violences faites aux femmes ; le soutien à l'animation locale de la politique de protection des femmes victimes de violences et la coordination nationale de la lutte contre l'exploitation et la traite des êtres humains.

[Arretonslesviolences.gouv.fr](http://Arretonslesviolences.gouv.fr)

**Mission interministérielle  
pour la protection des femmes contre les violences  
et la lutte contre la traite des êtres humains**

et par le **Centre Hubertine Auclert**, organisme associé de la Région Île-de-France, qui est le Centre francilien pour l'égalité femmes-hommes. Il a pour principaux objectifs la promotion de l'égalité entre les femmes et les hommes et la lutte contre les violences faites aux femmes à travers l'**Observatoire régional des violences faites aux femmes (ORVF)**. Il apporte de l'expertise et des ressources sur ces thèmes aux actrices et acteurs qui œuvrent sur le territoire francilien.

L'Observatoire Régional des Violences faites aux Femmes poursuit trois missions prioritaires : renforcer la connaissance sur les violences faites aux femmes en Île-de-France, à travers des études, outils et formations ; mieux accompagner et protéger les femmes victimes de violences par la mise en réseau des actrices et des acteurs franciliens agissant dans ce champ et sensibiliser contre les violences faites aux femmes.

[www.centre-hubertine-auclert.fr/](http://www.centre-hubertine-auclert.fr/)



# SOMMAIRE

Préambule

## **PARTIE 1 : LES (CYBER)VIOLENCES AU SEIN DU COUPLE : DE QUOI PARLE-T-ON ?..... 5**

Introduction ..... 6

1. LES DÉFINITIONS DES VIOLENCES FAITES AUX FEMMES ..... 8

2. QUELQUES DONNÉES EN FRANCE..... 9

3. LES (CYBER)VIOLENCES AU SEIN DU COUPLE ..... 11

A - Différence entre conflits et violences au sein du couple..... 11

B - Ce que dit la loi..... 12

C - Les différentes formes de (cyber)violences au sein du couple ..... 14

D - Le cycle de la violence : un cercle vicieux..... 16

4. LES STRATÉGIES DE L'AGRESSEUR ..... 18

A - L'isolement ..... 18

B - La dévalorisation ..... 19

C - L'instauration d'un climat de peur, de domination et d'insécurité..... 19

D - L'inversion de la culpabilité..... 20

E - L'instauration de son impunité..... 21

5. L'IMPACT DE LA STRATÉGIE DE L'AGRESSEUR SUR LA VICTIME ..... 22

6. LES CONSÉQUENCES DES (CYBER)VIOLENCES POUR LA VICTIME ..... 25

A - Conséquences psychologiques..... 25

B - Conséquences physiques..... 25

C - Conséquences sociales..... 26

7. CONSÉQUENCES PSYCHOTRAUMATIQUES DES (CYBER)VIOLENCES :  
NOTIONS SUR LES MÉCANISMES NEUROBIOLOGIQUES..... 27

8. LES CONSÉQUENCES POUR LES ENFANTS EXPOSÉS  
AUX (CYBER)VIOLENCES AU SEIN DU COUPLE ..... 29

## **PARTIE 2 : L'ACTION DU PROFESSIONNEL OU DE LA PROFESSIONNELLE..... 31**

ETAPE 1 : CRÉER UN CLIMAT D'ÉCOUTE ET DE CONFIANCE..... 33

ETAPE 2 : POSER SYSTÉMATIQUEMENT LA QUESTION DES (CYBER)VIOLENCES AU SEIN DU COUPLE..... 34

ETAPE 3 : AFFIRMER L'INTERDICTION DES (CYBER)VIOLENCES AU SEIN DU COUPLE  
PAR LA LOI ET LA SEULE RESPONSABILITÉ DE L'AGRESSEUR..... 37

ETAPE 4 : DÉLIVRER UN MESSAGE DE SOUTIEN ET DE VALORISATION DE SA DÉMARCHE..... 39

ETAPE 5 : EVALUER LES RISQUES IMMÉDIATS EN COURUS POUR LA VICTIME  
ET LES ENFANTS CO-VICTIMES..... 42

ETAPE 6 : APPORTER UNE SOLUTION DANS SON DOMAINE DE COMPÉTENCE ..... 45

ETAPE 7 : ORIENTER LES VICTIMES VERS DES DISPOSITIFS D'AIDE COMPLÉMENTAIRES ..... 46

ETAPE 8 : SIGNIFIER VOTRE DISPONIBILITÉ ET FIXER UN NOUVEAU RENDEZ-  
VOUS EN SÉCURISANT LES ÉCHANGES..... 49

**GLOSSAIRE DES TERMES LIÉS AU NUMÉRIQUE..... 50**

**ANNEXES ..... 51**

# PRÉAMBULE

La lutte contre les violences faites aux femmes, et notamment les (cyber)violences au sein du couple, fait l'objet d'une politique publique afin de faire face à ce phénomène préoccupant.

Dans la continuité des mesures de différents plans de lutte contre les violences faites aux femmes, le plan interministériel 2023-2027 « Toutes et tous égaux » appelle à un renforcement de la formation de tous les professionnels et professionnelles au contact des victimes. L'objectif visé est qu'ils et elles acquièrent un socle commun de connaissances et de références sur les spécificités des violences sexistes et sexuelles pour mieux repérer, prendre en charge et orienter les femmes victimes. C'est la mission qui a été confiée à la Miprof depuis sa création en 2013. Pour ce faire, elle s'appuie à la fois sur la convention du Conseil de l'Europe sur la prévention et la lutte contre la violence à l'égard des femmes et la violence domestique, du 12 avril 2011<sup>1</sup> ainsi que sur l'article 51 de la loi n°2014-873 du 4 août 2014, relative à l'égalité réelle entre les femmes et les hommes qui instaure une **obligation de formation tant initiale que continue**<sup>2</sup>. Dans la recommandation générale n°1 du GREVIO<sup>3</sup> sur la dimension numérique de la violence à l'égard des femmes, adoptée le 20.10.2021, l'une des recommandations pour la protection des victimes est de « veiller, par la formation, [...] à ce que les services généraux et spécialisés d'aide aux femmes victimes de violences, [...] soient **au fait de la violence numérique** que subissent les femmes et les filles, et en **mesure d'y apporter des réponses** ».

La Miprof a ainsi élaboré 8 kits pédagogiques à destination de tous les professionnels et toutes les professionnelles dont « ANNA » sur les violences au sein du couple et « TOM et LENA » sur les conséquences sur les enfants des violences au sein du couple. Si ces outils abordent les cyberviolences, ce contenu devenait insuffisant au regard, d'une part, des besoins des professionnels et professionnelles qui rencontrent des femmes victimes de (cyber)violences au sein du couple et, d'autre part, des avancées sur la connaissance et la compréhension de cette dimension spécifique des violences au sein du couple.

Ainsi, la Miprof s'est saisie de la création d'un nouveau guide sur les violences au sein du couple intégrant plus largement les cyberviolences. Pour ce faire, la Miprof s'est rapprochée de l'**Observatoire Régional des Violences faites aux Femmes d'Ile-de-France (ORVF)**<sup>4</sup> du Centre Hubertine Auclert qui a développé une expertise spécifique sur les cyberviolences conjugales. Il a été précurseur des travaux sur les cyberviolences conjugales, notamment dans la réalisation d'une recherche-action sur ce sujet en 2017-2018 qui a permis, entre autres, d'identifier les différentes formes que peuvent prendre ces violences. Par la suite, l'Observatoire du Centre Hubertine Auclert a organisé une série de 4 webinaires et a élaboré un kit d'action (guide, affiche, outil d'auto-évaluation, fiches pratiques) pour lutter contre ces cyberviolences, à destination des professionnels et professionnelles déjà formés aux violences conjugales.

Ce guide est basé sur le socle commun de connaissances présenté dans les outils Miprof existants, complété par les spécificités du numérique dans les violences au sein du couple qui sont identifiées dans les outils de l'Observatoire du Centre Hubertine Auclert.

Son objectif est d'apporter à toutes les professionnelles et tous les professionnels en contact avec des femmes victimes de (cyber)violences au sein du couple des connaissances et conseils à mettre en œuvre, dans leur champ d'action, afin de proposer aux victimes un accompagnement adapté.

Il est à destination de toutes les professionnelles et tous les professionnels, même éloignés des questions numériques, et **en priorité à ceux et celles qui ne sont pas encore formés aux violences au sein du couple**. Ce guide accompagne les court-métrages de la Miprof « ANNA » et « TOM et LENA »<sup>5</sup> que nous invitons à visionner préalablement à la lecture du guide.

Pour aller plus loin, les professionnelles et les professionnels sont également invités à consulter les outils du Centre Hubertine Auclert détaillés en annexe.

1 Convention dite d'Istanbul ratifiée par la France le 4 juillet 2014 et entrée en vigueur le 1 novembre 2014

2 Cette obligation s'applique aux professionnels et professionnelles suivants : médecins, personnels médicaux et paramédicaux, travailleurs sociaux et travailleuses sociales, magistrats et magistrates, fonctionnaires et personnels de justice, avocats et avocates, personnels enseignants et d'éducation, agents et agentes de l'état civil, personnels d'animation sportive, culturelle et de loisirs, personnels de la police nationale, des polices municipales et de la gendarmerie nationale, personnels de préfecture chargés de la délivrance des titres de séjour, personnels de l'Office français de protection des réfugiés et apatrides et des agents et agentes des services pénitentiaires.

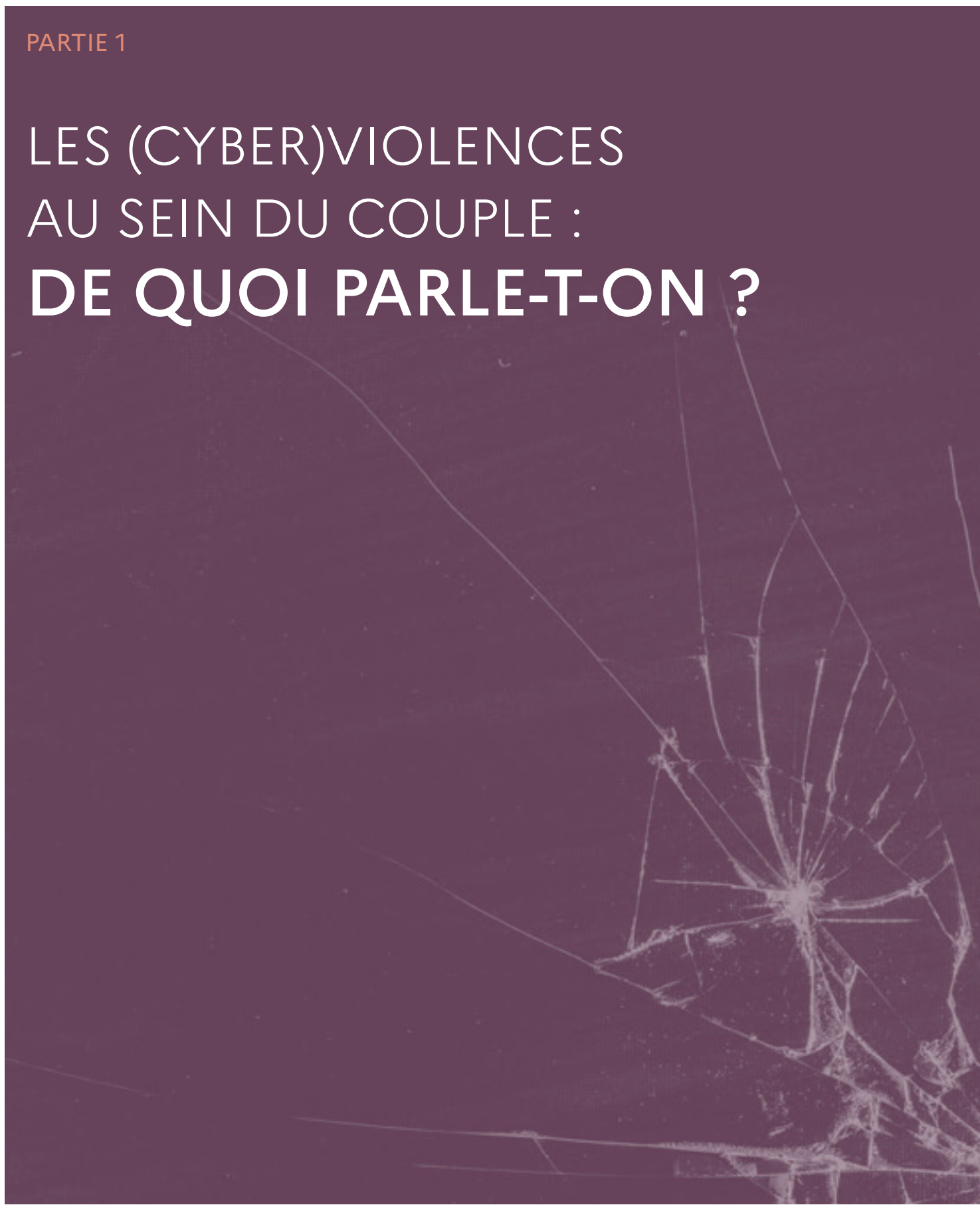
3 Le Groupe d'experts sur la lutte contre la violence à l'égard des femmes et la violence domestique (GREVIO) est chargé de veiller à la mise en œuvre de cette Convention.

4 L'observatoire régional IDF est intégré au Centre Hubertine Auclert. Les 3 missions principales de l'observatoire sont de renforcer la connaissance et l'expertise sur les violences faites aux femmes en Ile-de-France à travers notamment la production d'études, la conception et l'animation de formations ; de mettre en réseau des acteurs et actrices franciliens qui travaillent dans ce champ pour mieux accompagner et protéger les femmes victimes de violences ; et de sensibiliser contre les violences faites aux femmes et identifier les outils existants.

5 <https://arretonslesviolences.gouv.fr/je-suis-professionnel/outils-de-formation>

PARTIE 1

# LES (CYBER)VIOLENCES AU SEIN DU COUPLE : **DE QUOI PARLE-T-ON ?**



# INTRODUCTION

Les violences au sein du couple prennent de multiples formes, et sont, le plus souvent, à la fois commises par le biais du numérique et en dehors du numérique.

Les cyberviolences au sein du couple couvrent un large éventail d'actes commis via les outils numériques (ex : appels téléphoniques et messages répétés, envoi et/ou diffusion de photos et vidéos à caractère sexuel sans l'accord de la victime, cybersurveillance via des caméras ou logiciels, etc.) qui s'inscrivent dans le continuum de violences auquel sont confrontées les femmes.

Ces différentes formes de violences se cumulent. Elles peuvent apparaître concomitamment ou successivement, sans distinction. Les cyberviolences se retrouvent alors imbriquées dans les violences au sein du couple. Pour marquer cette imbrication, l'ensemble de ces formes de violences sera désigné par le terme « (cyber)violences au sein du couple » dans le présent guide.

Les cyberviolences correspondent à la fois à :

- des violences spécifiques commises par le biais d'outils numériques
- des moyens pour intensifier et renforcer d'autres formes de violences déjà existantes pour davantage surveiller, contrôler et humilier les femmes.

L'impact du numérique est double : à la fois le renforcement des violences au sein du couple, et l'éloignement de la victime des dispositifs d'aide ainsi que des démarches facilitées par le numérique. Ces situations nécessitent un accompagnement spécifique des femmes victimes avec des solutions adaptées.

Les professionnels et professionnelles qui rencontrent des femmes victimes de (cyber) violences évoluent dans tous les secteurs d'activité (social, santé, juridique, sécurité, etc.). Certaines situations sont facilement identifiées par les professionnels et professionnelles qui ont connaissance de celles-ci suite aux révélations spontanées de la victime elle-même. Toutefois, dans la majorité des situations, les (cyber)violences sont tues.

Le repérage des (cyber)violences est indispensable afin que les professionnelles et professionnels puissent poser un bon diagnostic de la situation, identifier et hiérarchiser les priorités de leurs actions, mettre en place un accompagnement adapté et/ou orienter la victime pour permettre sa prise en charge globale et pluridisciplinaire.

Les connaissances sur l'emprise, la stratégie de l'agresseur, le cycle des violences, le psychotraumatisme, les conséquences physiques, psychologiques et somatiques permettent aux professionnels et professionnelles d'adapter leurs pratiques aux besoins des victimes.

La singularité de ces situations et la spécificité de ce public exigent d'elles et eux une adaptation de leurs pratiques professionnelles courantes.

Ce guide leur offre la possibilité de mieux repérer et appréhender la spécificité des situations des femmes victimes de (cyber) violences au sein du couple. Les bonnes pratiques professionnelles énoncées ont pour objectif d'aider et d'accompagner les professionnelles et professionnels pour une meilleure intervention auprès des femmes victimes.

Ce guide permet, dans un premier temps, de comprendre ce que sont les (cyber)violences au sein du couple et, dans un second temps, de proposer des référentiels d'actions et des exemples de pratiques professionnelles à mettre en œuvre pour :

- mieux repérer les (cyber)violences
- agir dans son domaine de compétences
- orienter les victimes vers des dispositifs externes adaptés.



Les violences en général et les (cyber)violences au sein du couple plus spécifiquement, sont très courantes dans notre société. Elles touchent tous les milieux sociaux, tous les âges, toutes les catégories sociales et zones géographiques, etc. Toute personne a ainsi un rapport singulier aux violences construit sur la base, d'une part, de ses propres expériences tirées de son histoire personnelle, de celle de sa famille, etc. mais également de ses représentations. En effet, les faits de violences et notamment de (cyber)violences au sein du couple sont porteurs encore aujourd'hui de stéréotypes et de représentations dont il est nécessaire d'avoir conscience et de pouvoir se défaire afin d'avoir une approche la plus juste possible dans la prise en charge des victimes. C'est pourquoi une introspection préalable, par les professionnelles et professionnels, sur leur propre rapport à la (cyber)violence est indispensable afin de le conscientiser et pouvoir travailler avec. Les professionnelles et professionnels intervenant auprès de ces publics doivent, en effet, se questionner quant à leurs propres représentations et stéréotypes sur ces phénomènes, sur leurs propres expériences de la (cyber)violence, sur ce qu'est une famille, sur ce qu'est le fonctionnement « normal » d'une famille, etc. mais également sur ce que les émotions d'une victime et le récit des (cyber)violences risquent de provoquer chez eux et elles, afin d'en avoir conscience et de pouvoir s'en extraire au mieux dans le cadre de l'accompagnement des victimes dont ils et elles ont la charge.

**Précision terminologique** : Les données épidémiologiques mondiales et nationales établissent que les (cyber)violences au sein du couple affectent les femmes de manière disproportionnée par rapport aux hommes. C'est pourquoi nous utiliserons dans ce guide le féminin pour désigner la victime et le masculin pour désigner l'auteur. Toutefois la prise en charge d'une victime masculine répondrait aux mêmes principes et appellerait les mêmes réponses.

Par partenaire ou ancien partenaire intime il faut entendre : conjoint, concubin ou partenaire lié par un pacte civil de solidarité ou ancien conjoint, concubin de la victime ou personne ayant été liée à elle par un pacte civil de solidarité.

Les mots suivis d'une \* sont explicités dans le glossaire.

# 1. LES DÉFINITIONS DES VIOLENCES FAITES AUX FEMMES

La définition des violences faites aux femmes adoptée par la France est celle de la convention européenne dite d'Istanbul (ratifiée le 4 juillet 2014 et entrée en vigueur le 1<sup>er</sup> novembre 2014) :

« La violence à l'égard des femmes doit être comprise comme une violation des droits de l'homme et une forme de discrimination à l'égard des femmes, et désigne tous les actes de violence fondés sur le genre qui entraînent, ou sont susceptibles d'entraîner pour les femmes, des dommages ou souffrances de nature physique, sexuelle, psychologique ou économique, y compris la menace de se livrer à de tels actes, la contrainte ou la privation arbitraire de liberté, que ce soit dans la vie publique ou privée »

« Reconnaissant avec une profonde préoccupation que les femmes et les filles sont souvent exposées à des formes graves de violence telles que la violence domestique, le harcèlement sexuel, le viol, le mariage forcé, les crimes commis au nom du prétendu « honneur » et les mutilations génitales, lesquelles constituent une violation grave des droits humains des femmes et des filles et un obstacle majeur à la réalisation de l'égalité entre les femmes et les hommes »

« La violence à l'égard des femmes est une manifestation des rapports de force historiquement inégaux entre les femmes et les hommes ayant conduit à la domination et à la discrimination des femmes par les hommes, privant ainsi les femmes de leur pleine émancipation »

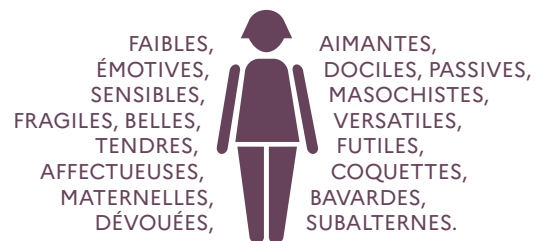
« La violence domestique affecte les femmes de manière disproportionnée et les hommes peuvent également être victimes de violences domestiques »

« Les enfants sont des victimes de la violence domestique y compris en tant que témoins de violence au sein de la famille »

La convention d'Istanbul s'applique **pour toutes les formes de violences, y compris numériques.**

Les violences faites aux femmes sont une violation des droits humains et une discrimination fondée sur le genre, l'appartenance sexuelle et la domination historique masculine dans les rapports sociaux. **Elles sont « légitimées » par l'idéologie sexiste de domination dont les stéréotypes assignent des rôles différents de sexe féminin et masculin.**

## Les femmes seraient :



## Les hommes seraient :





## 2. QUELQUES DONNÉES EN FRANCE

L'ensemble des recherches internationales et nationales montrent que les femmes et les filles sont exposées à un risque plus élevé de violences fondées sur le genre que ne le sont les hommes. Par ailleurs, les violences au sein du couple affectent les femmes de manière disproportionnée.

- **En 2021, 1 femme sur 6 vivant en ménage ordinaire et en France hexagonale âgée de 18 à 74 ans déclare avoir subi des violences physiques et/ou sexuelles de la part de son conjoint ou ex-conjoint**, au moins 1 fois depuis l'âge de 15 ans ; ce qui représente une estimation de 3,6 millions de femmes<sup>6</sup>.
  - **Seules 25 % d'entre elles ont fait un signalement à la police ou la gendarmerie, et 27 % en ont parlé aux services de santé.**
  - **62 % des victimes n'ont fait aucune démarche.**
  - Parmi les femmes qui se déclarent victimes de violences au sein du couple, plus de 25 % ont subi des violences psychologiques ; et parmi elles :
    - 1 sur 3 a subi des **cyberviolences conjugales** via le **contrôle ou la surveillance par un GPS\***, un **téléphone**, les **réseaux sociaux\***, etc.
    - 1 sur 8 déclare être victime de violences économiques c'est-à-dire que l'agresseur contrôle toutes les finances de la famille et ses dépenses de manière excessive
    - plus de 1 sur 12 déclare qu'elle voit sa mobilité entravée par des autorisations pour sortir à demander à l'agresseur ou des séquestrations
    - près de 1 sur 10 est interdite de travailler
- En 2021<sup>7</sup>,
  - le taux de victimes de violences conjugales est 1,5 à 2 fois plus élevé parmi les femmes **en situation de handicap** que parmi l'ensemble des femmes âgées de 18 à 74 ans.
  - 97 % des femmes victimes de **(cyber)violences au sein du couple** ont subi des dommages psychologiques, très importants (36 %) ou plutôt importants (36 %) à la suite des faits.
  - Les femmes sont les principales victimes des homicides au sein du couple. En 2022, **118 femmes sont décédées**, victimes de leur (ex) partenaire. Dans le même temps, **27 hommes** sont morts dans les mêmes conditions, dont 4 dans un couple homosexuel. **Près de la moitié des femmes autrices avaient été victimes de violences antérieures de la part de ce partenaire ou ex**<sup>8</sup>.
  - Les enfants sont co-victimes de (cyber)violences au sein du couple. En 2022, **12 enfants sont morts** tués par l'un de leurs parents dans un contexte de violence au sein du couple, **129 sont orphelins**<sup>9</sup>.

---

### → Ressource complémentaire

La lettre n°19 de l'observatoire national des violences faites aux femmes : les violences au sein du couple et les violences sexuelles - données 2022 est disponible sur [arretonslesviolences.gouv.fr](https://arretonslesviolences.gouv.fr)

---

6 Enquête Genèse 2021, « Panorama des violences en France métropolitaine », SSMSI, Novembre 2022

7 Enquête VRS 2022, « Vécu et ressenti en matière de sécurité », SSMSI, Décembre 2023

8 Etude nationale sur les morts violentes au sein de couple, année 2022, DAV, ministère de l'Intérieur.

9 Ibid

Le Centre Hubertine Auclert a mené une recherche-action en 2017-2018 auprès de 302 femmes victimes de violences conjugales et 73 professionnels et professionnelles les accompagnant en Île-de-France. Elle a montré que **9 femmes victimes de violences au sein du couple sur 10 déclaraient avoir également subi des cyberviolences de la part de leur partenaire ou ex-partenaire.**

• **8 femmes sur 10** victimes de violences conjugales déclarent que leur partenaire (ou ex) a exigé qu'elles soient joignables en permanence.

• **80 %** des femmes victimes de violences conjugales déclarent avoir reçu de manière répétée des insultes ou injures via leur téléphone de la part de leur partenaire (ou ex).

• **69 %** des femmes victimes de violences conjugales pensent que leur partenaire (ou ex) a eu accès à des informations contenues dans leur téléphone, sans savoir comment il les a obtenues.

• **35 %** des femmes déclarent que leur partenaire (ou ex) a changé les mots de passe (compte bancaire, administratifs – Pôle Emploi, OFII, CAF – ou abonnements) en ligne pour y interdire l'accès ou pour un usage personnel.

• **34 %** des femmes séparées ayant des enfants à charge déclarent avoir subi des violences via les communications de leurs enfants.

• **1 femme sur 3** victimes de violences conjugales déclare avoir été menacée par son partenaire (ou ex) de diffusion de contenus intimes.

---

→ Ressource complémentaire  
**Recherche action « Cyber-violences conjugales »**  
2018 du Centre Hubertine Auclert

---

## 3. LES (CYBER)VIOLENCES AU SEIN DU COUPLE

### A- Différence entre conflits et violences au sein du couple

Les violences diffèrent **des disputes ou conflits conjugaux**, dans lesquels deux points de vue s'opposent dans un **rapport d'égalité** (Figure 1). Chacun garde son autonomie.

Figure 1 : conflit

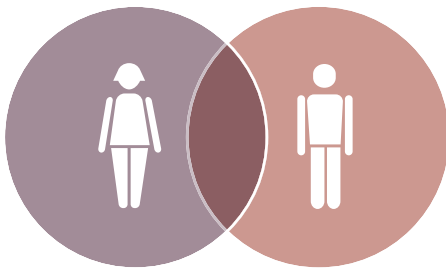
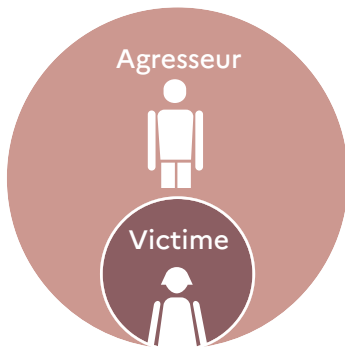


Figure 2 : violences



Dans les (cyber)violences au sein du couple, il s'agit d'un rapport de domination et de prise de pouvoir de l'agresseur sur la victime. Par ses propos et comportements, l'agresseur veut contrôler et détruire sa partenaire (figure 2). Les (cyber)violences au sein du couple se définissent comme des situations où les faits de violences (physiques, verbales, psychologiques, économiques, sexuelles, administratives) sont à la fois récurrents, souvent cumulatifs, s'aggravent et s'accroissent (phénomène dit de la « spirale »). Ces violences se déroulent également via les outils numériques. Le numérique crée de nouvelles formes de violences conjugales et renforce celles déjà existantes.

**Ces (cyber)violences créent un climat d'insécurité, de peur et de tension permanente.** Elles ne sont plus confinées à un espace et peuvent survenir à n'importe quel moment. Les conséquences pour la victime sont nombreuses et désastreuses : peur, culpabilité, perte de l'estime de soi et d'autonomie, isolement, stress.

Les (cyber)violences peuvent être commises pendant la relation, au moment de la rupture ou après la fin de cette relation et notamment, dans ce dernier cas, via des outils numériques. Dans le cas des cyberviolences, elles sont aussi utilisées par l'ex pour garder le contrôle et la surveillance sur la victime. Même quand la femme est séparée physiquement de son partenaire ou ex, les violences peuvent se poursuivre.

Quelles que soient les explications ou justifications, le seul responsable est l'auteur des (cyber)violences.



**Ernestine Ronai**

Responsable de l'Observatoire départemental des violences envers les femmes de Seine-Saint-Denis

Pour aller plus loin le clip pédagogique  
« Paroles d'experte »

Les différences entre conflit et violences (4 mn)

Ernestine RONAI, responsable de l'observatoire des violences envers les femmes du conseil départemental de la Seine-Saint-Denis.

A voir et à télécharger sur le site [arretonslesviolences.gouv.fr](http://arretonslesviolences.gouv.fr)

## B- Ce que dit la loi

Toutes les formes de violences (verbales, physiques, psychologiques, sexuelles, etc.) y compris les cyberviolences, commises par un conjoint, concubin ou partenaire lié par le pacs ou un ancien conjoint, concubin ou partenaire pacsé sont **INTERDITES et PUNIES** sévèrement par la loi.

En effet, le législateur considère que ce type de faits ne peut être considéré comme des violences

ordinaires en raison **du lien affectif** entre l'auteur et la victime qui devient une **circonstance aggravante** de nombreuses infractions, notamment : homicide, actes de torture et de barbarie, violences, viols et autres agressions sexuelles. Peu importe que le lien conjugal soit présent ou passé, ou **que l'auteur cohabite ou non avec la victime** (article 132-80 du Code pénal).

### Les principales infractions et les peines encourues

INFRACTIONS	PEINES ENCOURUES	CODE PENAL articles	INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES
Captation d'images et/ou diffusion d'images à caractère sexuel sans l'accord (même si les photos ont été prises avec l'accord) <i>Ex : porno divulgation*</i>	2 ans d'emprisonnement et 60 000 € d'amende	226-2-1	DELITS Jugés en principe devant le tribunal correctionnel 6 ans pour déposer plainte à compter de la date de l'infraction (sauf exceptions)
Atteinte à la représentation de la personne : publier le montage à caractère sexuel réalisé avec l'image d'une personne sans son consentement, s'il n'apparaît pas à l'évidence qu'il s'agit d'un montage ou s'il n'en est pas expressément fait mention. <i>Ex : « deepfake* » ou photomontage à caractère sexuel</i>	1 ans d'emprisonnement et 15 000 € d'amende	226-8-1	
Violation du secret de la correspondance par conjoint, concubin ou partenaire lié à la victime par un pacte civil de solidarité. <i>Ex : consulter les mails, SMS, messages privés sur les réseaux sociaux, lire les courriers personnels</i>	2 ans d'emprisonnement et 60 000 € d'amende	226-15	
Usurpation d'identité par conjoint, concubin ou partenaire lié à la victime par un pacte civil de solidarité. <i>Ex : se faire passer pour sa partenaire en ligne en vue de lui nuire</i>	2 ans d'emprisonnement et 30 000 € d'amende	226-4-1	
Atteinte à la vie privée par conjoint, concubin ou partenaire lié à la victime par un pacte civil de solidarité. <i>Ex : diffusion de contenus intimes en ligne</i>	2 ans d'emprisonnement et 60 000 € d'amende	226-1 et 226-2	
Géolocalisation* sans consentement par conjoint, concubin ou partenaire lié à la victime par un pacte civil de solidarité. <i>Ex : Installer une balise/traceur GPS* (sur la voiture, dans le sac) ou un logiciel espion* sur le téléphone pour suivre les déplacements</i>	2 ans d'emprisonnement et 60 000 € d'amende	226-1	
Atteinte aux systèmes de traitement automatisé de données ou le fait de détenir un dispositif permettant de commettre cette infraction. <i>Ex : Installer ou détenir un logiciel espion</i>	5 ans d'emprisonnement et 150 000€ d'amende	323-1 et 323-3 323-3-1	
Vol par le conjoint portant sur des objets ou des documents indispensables à la vie quotidienne de la victime <i>Ex : confisquer les papiers d'identité, le téléphone, tablette ou ordinateur</i>	3 ans d'emprisonnement et 45 000 € d'amende	311-12	
Envoi réitéré de messages ou d'appel malveillants par conjoint, concubin ou partenaire lié à la victime par un pacte civil de solidarité	3 ans d'emprisonnement et 45 000 € d'amende	222-16	
Violences ayant entraîné une incapacité totale de travail inférieure ou égale à 8 jours par conjoint, concubin ou partenaire lié à la victime par un pacte civil de solidarité	3 ans d'emprisonnement et 45 000 € d'amende	222-13	
Violences ayant entraîné une incapacité totale de travail supérieure à 8 jours par conjoint, concubin ou partenaire lié à la victime par un pacte civil de solidarité	5 ans d'emprisonnement et 75 000 € d'amende	222-12	
Menace de commettre un crime ou un délit dont la tentative est punissable/de mort/ avec ordre de remplir une condition par conjoint, concubin ou partenaire lié à la victime par un pacte civil de solidarité <i>Ex : menace de mort que ce soit en face à face ou via un message</i>	De 3 à 7 ans d'emprisonnement et de 45 000 à 100 000 € d'amende	222-17 222-18 222-18-3	
Harcèlement sexuel par le biais d'un support numérique ou électronique <i>Ex : envoyer des messages à connotation sexuelle sans consentement</i>	3 ans d'emprisonnement et 45 000 € d'amende	222-33	

INFRACTIONS	PEINES ENCOURUES	CODE PENAL articles	INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES
Harcèlement moral au sein du couple <i>Ex : envoyer des messages d'insultes ou d'humiliation ou empêcher de répondre à des appels et messages</i>	De 3 à 10 ans d'emprisonnement et de 45 000 à 150 000 € d'amende	222-33-2-1	DELITS
Délit de collecte frauduleuse de données personnelles* <i>Ex : Utiliser des données privées obtenues frauduleusement en ligne (ex : pendant une procédure judiciaire)</i>	5 ans d'emprisonnement et 300 000€ d'amende	226-18	Jugés en principe devant le tribunal correctionnel.
Violences habituelles par conjoint, concubin ou partenaire lié à la victime par un pacte civil de solidarité (en fonction de l'incapacité totale de travail)	De 5 à 10 ans d'emprisonnement et de 75 000 à 150 000 € d'amende	222-14	6 ans pour déposer plainte à compter de la date de l'infraction (sauf exceptions)
Agressions sexuelles par conjoint, concubin ou partenaire lié à la victime par un pacte civil de solidarité	7 ans d'emprisonnement et 100 000 € d'amende	222-28	
Violences ayant entraîné la mort sans intention de la donner par conjoint, concubin ou partenaire lié à la victime par un pacte civil de solidarité	20 ans de réclusion	222-8	CRIMES Jugés devant la Cour criminelle départementale ou devant la Cour d'assises.
Viol par conjoint, concubin ou partenaire lié à la victime par un pacte civil de solidarité	20 ans de réclusion	222-24	20 ans pour déposer plainte à partir de la date de l'infraction (sauf exception)
Meurtre par conjoint, concubin ou partenaire lié à la victime par un pacte civil de solidarité	Réclusion à perpétuité	221-1 et 221-4	

## De l'autorité parentale

- ! Les articles 221-5-5 et 222-48-2 du Code pénal **obligent la juridiction de jugement à se prononcer sur le retrait total ou partiel de l'autorité parentale ou de l'exercice de l'autorité parentale**, en application des articles 378 et 379-1 du Code civil, **lorsqu'elle condamne pour un crime ou un délit d'atteinte volontaire à la vie, d'atteinte volontaire à l'intégrité de la personne, de viol et d'agression sexuelle ou de harcèlement, commis par le père ou la mère sur la personne de son enfant ou de l'autre parent.**
- ! L'article 378-1 du code civil prévoit que les **père et mère peuvent se voir retirer totalement l'autorité parentale, en dehors de toute condamnation pénale, notamment lorsque l'enfant est témoin de pressions ou de violences, à caractère physique ou psychologique, exercées par l'un des parents sur la personne de l'autre, mettant manifestement en danger la sécurité, la santé ou la moralité de l'enfant.**
- ! L'article 378-2 prévoit que **l'exercice de l'autorité parentale et les droits de visite et d'hébergement sont suspendus de plein droit** jusqu'à la décision du juge aux affaires familiales et pour une durée maximale de six mois en cas de crime commis sur la personne de l'autre parent.

## De la minorité

- ! Les jeunes filles peuvent être, elles-mêmes, directement victimes de (cyber)violences dans leurs premières relations amoureuses et sexuelles. La **minorité de la victime est une circonstance aggravante** des peines encourues.
- ! Le fait que les (cyber)violences au sein du couple soient commises en la présence d'un mineur ou d'une mineure est une circonstance aggravante de ces infractions. Les enfants sont aussi co-victimes des (cyber)violences.

**Précision terminologique :** Nous utilisons dans ce guide le terme « **porno divulgation** » plutôt que l'expression « **revenge porn** » qui peut laisser penser qu'il s'agit d'une vengeance, or aucun comportement ni aucune attitude de la victime ne justifie les agressions subies. Les faits de porno divulgation sont plutôt commis à la suite d'une séparation décidée par la victime que l'agresseur n'accepte pas.

### → Ressource complémentaire

**Fiche juridique** « Que dit la loi face aux cyberviolences conjugales ? » du centre Hubertine Auclert

## C- Les différentes formes de (cyber)violences au sein du couple

Les formes des (cyber)violences au sein du couple sont multiples et peuvent coexister.

Leurs manifestations sont les suivantes :

- **verbales** (injures, cris, menaces sur elle, sur les enfants etc.)
- **physiques** (bousculades, morsures, coups avec ou sans objet, brûlures, strangulations, séquestrations sur elle, sur les enfants, sur des animaux, etc.)
- **psychologiques** (intimidations, humiliations, dévalorisations, chantages affectifs, interdiction de fréquenter des amis, la famille...)
- **sexuelles** (agressions sexuelles, viols, pratiques imposées, porno divulgation, etc.)
- **matérielles** (briser, lancer des objets, etc.)
- **économiques** (contrôle des dépenses, des moyens de paiement, interdiction de travailler)
- **sur la parentalité** (dévalorisations sur son rôle de mère, etc.)
- **au moyen de confiscation de documents** (carte nationale d'identité, carte vitale, passeport, livret de famille, carnet de santé, diplôme, etc.)
- **les cyberviolences (cyber-contrôle, cyber-harcèlement...voir zoom ci-après)**

Les **violences verbales** sont, le plus souvent, banalisées par la victime. Récurrentes, elles renforcent et accompagnent fréquemment les autres formes de (cyber)violences.

Les **violences physiques** peuvent être de tous types ; elles se distinguent des blessures accidentelles parce qu'elles siègent, en règle générale, sur les zones saillantes.

Les **violences psychologiques** accompagnent toutes les autres formes de (cyber)violences. Elles installent une stratégie d'emprise destinée à dévaloriser la victime, à la priver de toute autonomie et à la convaincre de ses incapacités et de son infériorité par rapport à l'agresseur. La victime a parfois des difficultés à les reconnaître. Les preuves matérielles de ces violences peuvent être des SMS, des messages téléphoniques, des courriers électroniques, des messages via les messageries des réseaux sociaux, des lettres manuscrites...

Les **violences sexuelles** sont encore insuffisamment reconnues par les femmes victimes. Les victimes ne les révèlent que si une relation de confiance est établie avec le professionnel ou la professionnelle.

Les **violences économiques** visent à priver la victime de toutes possibilités d'autonomie

financière tout en accentuant son isolement. Elles sont à l'origine de nombreuses démarches mais ne sont pas souvent identifiées par les professionnels et professionnelles.

Les **violences sur la parentalité** (dévalorisations sur son rôle de mère, multiplication des actions en justice ayant trait à la garde, à l'autorité et à la visite des enfants, spécialement lorsque l'agresseur montrait auparavant très peu d'intérêt à leur égard, enlèvement, infanticide, etc.). La dévalorisation de la mère sur son rôle de parent devant les enfants peut amener ces derniers à intégrer cette soi-disant incapacité et incompétence pour s'occuper d'eux et ainsi à, eux-mêmes, répéter ces dévalorisations à son encontre.

Hormis les violences physiques, toutes les formes de violences peuvent également s'exercer par le biais des outils numériques.

### ! 2 moments de risque d'apparition ou d'aggravation des violences au sein du couple :

- **la grossesse**
- **la rupture conjugale** dont les premiers temps de la séparation

Bien qu'une personne puisse être victime d'une seule forme de violence, plusieurs formes peuvent être présentes de façon **concomitante**. La plupart du temps, l'agresseur usera de tout cet arsenal en alternant et articulant ces diverses violences, en les renforçant par l'usage des outils numériques.

### Zoom sur...

#### Les différentes formes de cyberviolences conjugales

Le numérique offre aux auteurs de violences conjugales des moyens faciles, accessibles et instantanés pour davantage surveiller, contrôler et humilier les femmes. Cela peut entraîner de nouvelles formes de violences ou renforcer des violences déjà présentes au sein du couple (notamment des violences psychologiques). Ces violences peuvent être perpétrées par le partenaire, l'ex partenaire (mariage/PACS), un concubin ou ex concubin, un compagnon ou ex compagnon, un petit ami ou ex, etc.

Il existe une forte imbrication entre violences au sein du couple et cyberviolences. Les cyberviolences commencent souvent en même temps que les autres formes de violences au sein du couple et durent jusqu'à la séparation



ou après. Les cyberviolences peuvent également commencer et se renforcer au moment de la séparation lorsque l'agresseur cherche à maintenir le contrôle à distance, y compris à travers des communications avec les enfants ou leurs outils numériques.

Les cyberviolences au sein du couple peuvent être classées en 6 différentes formes qui vont généralement se cumuler de façon concomitante ou successive.

→ **LE CYBERCONTROLE** : l'agresseur a des comportements répétés visant à connaître et vérifier régulièrement, au moyen des outils numériques, les déplacements et les relations sociales de la victime.

**Par exemple** : l'agresseur exige que la victime soit joignable en permanence ; il lui interdit de communiquer avec certaines personnes ; il exige qu'elle lui envoie une photo ou une vidéo pour attester du lieu où elle se trouve ; il lui confisque son téléphone ou autre outil de communication.

→ **LE CYBERHARCELEMENT** : l'agresseur utilise des appels, SMS ou autres communications via les réseaux sociaux avec la volonté de faire du mal et qui, par leur fréquence, visent à envahir, à distance, le quotidien de la victime.

**Par exemple** : l'agresseur envoie à la victime de manière répétée des insultes ou injures par téléphone ; l'agresseur menace de mort la victime.

→ **LA CYBERSURVEILLANCE** : l'agresseur met en place un ensemble de systèmes visant à assurer un contrôle continu des déplacements, agissements et relations sociales au moyen des outils numériques :

- que ce soit à **l'insu** de la victime comme la mise en place d'un logiciel espion,
- ou **imposé** à la victime en exigeant de connaître ses identifiants et codes de connexion (téléphone, adresse mail, réseaux sociaux, compte bancaire, CAF, etc.).

**Par exemple** : la victime se rend compte que l'agresseur a des informations qu'il n'est pas censé connaître (des dates de rdv, des lieux où elle s'est rendue, etc.) ; la victime voit qu'il a répondu à sa place à des messages, a bloqué certaines de ses relations sur les réseaux sociaux, etc.

→ **LES CYBERVIOLENCES ECONOMIQUES OU ADMINISTRATIVES** : l'agresseur utilise les outils numériques pour réduire l'autonomie financière

et/ou contraindre les démarches, notamment administratives, de la victime.

**Par exemple** : l'agresseur peut changer les mots de passe (compte bancaire, France Travail (ex Pôle Emploi), OFII, CAF, impôts, France connect, etc.) pour en interdire l'accès à la victime ou pour son propre usage ; il peut aussi utiliser des informations privées obtenues dans ses outils numériques (téléphone, mails, etc.) pour lui nuire et notamment lors de procédures judiciaires.

→ **LES CYBERVIOLENCES SEXUELLES** : l'agresseur utilise des moyens technologiques pour filmer ou prendre des photos pendant un acte sexuel et menace de les diffuser afin d'humilier la victime.

**Par exemple** : l'agresseur exige de filmer leurs pratiques sexuelles sans l'accord de la victime ; il diffuse des contenus intimes sans son accord.

→ **LES CYBERVIOLENCES VIA LES ENFANTS** : l'agresseur va continuer à surveiller, contrôler, harceler et menacer la mère en prenant contact avec les enfants et en utilisant des objets connectés portables, tablettes ou ordinateur (notamment après une rupture). Ces derniers doivent être aussi pris en compte dans les différentes formes de cyberviolences possibles.

**Par exemple** : l'agresseur peut demander aux enfants de filmer où ils se trouvent/habitent afin de faciliter la localisation de la mère ; il peut suivre les enfants sur les réseaux sociaux afin de surveiller avec qui et où se trouve la victime ; il peut offrir un téléphone ou tablette aux enfants sur lequel il peut installer un logiciel espion (et/ou dans les jeux et doudous des enfants qui circulent entre les deux domiciles).

Le recours par l'agresseur à ces technologies de l'information et de la communication lui permet une **diffusion massive et répétée des messages humiliants et dégradants. Les cyberviolences se cumulent fréquemment avec une ou plusieurs autres formes de violences** dont le harcèlement physique, ne laissant **ainsi aucun répit à la victime**. Elle est en **insécurité et sous contrôle 24h/24 et 7j/7 dans toutes les sphères de sa vie** (publique, privée, en ligne et hors ligne).

Bien souvent, il est difficile de faire disparaître définitivement ces contenus virtuels qui durent et se propagent pendant des années, voire toute la vie, en raison de la viralité, et ce même si l'agresseur les retire. Dans certains cas, la victime est contrainte de quitter les réseaux sociaux. Elle se retrouve exclue d'une partie de la sphère publique ou peut

être dans l'incapacité de chercher de l'aide et des ressources en ligne.

Les **cyberviolences laissent souvent des traces et peuvent donc servir de preuves** par les victimes pour faire valoir leurs droits (par exemple, des captures d'écran de message). Cela est particulièrement valable pour les violences psychologiques, pour lesquelles les preuves sont souvent difficiles à apporter.

La victime peut ne pas identifier ces comportements comme des violences et ainsi ne pas en parler spontanément aux professionnelles et professionnels.

## D- Le cycle de la violence : un cercle vicieux

D'une façon générale, les violences dans le couple se manifestent par cycles, redonnant espoir à la victime.

Ce cycle, mis en place et orchestré par l'agresseur, lui permet d'instaurer et de maintenir sa domination sur sa conjointe, notamment via les outils numériques.

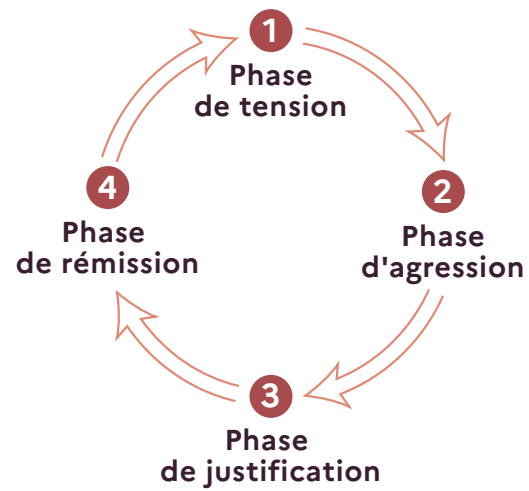
Dans une relation conjugale marquée par la violence, ce cycle se répète plusieurs fois et s'accélère avec le temps.

Les **cyberviolences au sein du couple participent aussi à cette accélération et à l'escalade de la violence** puisque celle-ci n'est plus délimitée à un espace physique. Les outils numériques permettent de perpétuer ce cycle, même en étant à distance du conjoint ou ex.



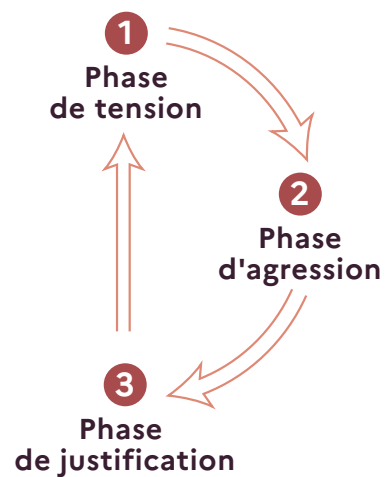
Au début, le cycle des violences au sein du couple passe par quatre phases différentes. Ces différentes phases participent à créer une situation d'emprise sur la victime.

**La victime est en danger.**

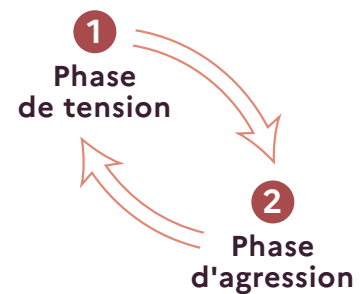


La phase de rémission disparaît, l'auteur ne s'excuse plus de ses actes. La victime est suffisamment sous emprise, elle est « cassée ». Les actes de violences deviennent plus répétés.

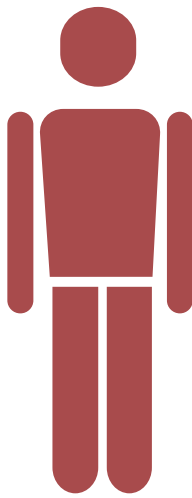
**La victime est en danger.**



Seules les phases de tension et d'agression subsistent. **La victime est en très grand danger.**



## 4. LES STRATÉGIES DE L'AGRESSEUR



Il n'existe **pas de profil-type de l'agresseur commettant des (cyber)violences au sein du couple : tous les âges, les catégories professionnelles et les types d'usage et de connaissance des outils numériques sont concernés.** L'agresseur n'est pas un malade ou un pervers, ni un geek. Dans la très grande majorité des situations, il est tout à fait conscient des actes qu'il commet. Il est rarement atteint de troubles psychiatriques. Il est totalement responsable de ses comportements et propos.

L'agresseur met en place et développe des stratégies visant à assurer **sa domination et son contrôle sur la victime, à assurer son impunité et à continuer les violences.** Les stratégies du partenaire (ou ex) violent vont aussi être renforcées par le numérique. La victime se trouve ainsi sous emprise. Ces stratégies débutent par « *une phase de séduction qui prend l'apparence d'un échange affectif. Or il ne s'agit pas d'une séduction amoureuse, réciproque, mais d'une séduction narcissique destinée à fasciner l'autre tout en la paralysant. Les victimes parlent souvent d'un amour idéal, d'un prince charmant* »<sup>10</sup>. Les stratégies présentées ci-après sont les plus fréquemment utilisées. Certains agresseurs utilisent tout ou partie de ces stratégies :

### A - L'isolement

L'auteur utilise **l'isolement**, stratégie idéale pour occulter les violences. Il fait tout pour **éviter la présence de témoins.** Il se montre jaloux et possessif afin qu'**aucun regard extérieur ne soit possible sur la relation** et ne vienne s'opposer à ses actes.

Afin d'**isoler la victime**, l'agresseur, par du chantage affectif, peut...

- *la dissuader, voire lui interdire, de voir ses proches, de faire des études, de travailler etc.*
- *limiter ou interdire son accès à son téléphone, ou autres moyens de communication.*

Si la victime souhaite sortir avec des amis ou amies, voir ses proches ou d'autres personnes que lui, il peut...

- *lui dire qu'il préfère qu'ils passent une soirée en amoureux, qu'elle les verra une autre fois*
- *critiquer ses vêtements, son maquillage, etc., et lui interdire de sortir « dans cette tenue »*
- *lui imposer sa présence à la soirée, pour « passer du temps ensemble » et, soit se montrer très désagréable avec les amies (puis lui reprocher qu'elles ne l'aiment pas donc qu'il ne faut plus qu'elle les voie), soit l'accaparer tout le temps de la soirée pour que ses amies ne voient plus l'intérêt de la voir.*

« Ça va très mal se passer si tu parles de nous à ta cousine. »

« Pourquoi tu vois autant tes copines ?  
Je ne te suffis pas moi ? »

« On va encore chez tes parents ce week-end ? »

« Je n'ai personne à part lui,  
je ne suis rien sans lui. »

« Il a raison, mes amies  
le critiquent parce  
qu'elles sont jalouses. »

« Au départ, c'était mignon sa  
possessivité, mais maintenant je  
me sens emprisonnée. »

« Mais si je ne lui réponds pas  
tout de suite, c'est pire quand je  
rentre, je me sens piégée. »



« Pas étonnant qu'on te fasse  
pas confiance au boulot vu  
que t'es aussi incompétente  
au travail qu'à la maison. »

« C'est fou que tu n'arrives  
jamais à faire les choses comme  
je te dis de les faire ! »

« T'es vraiment bonne à rien ;  
heureusement que je suis là  
pour t'aimer ! »

« Il a raison, je vau rien,  
je m'occupe mal de la famille,  
je ne le mérite pas, personne  
d'autre que lui ne voudrait  
de moi. »



« Quand je te dis de rentrer tout  
de suite après avoir déposé les  
enfants, tu le fais, sinon tu vas  
voir ce soir. »

« Si tu m'aimes, tu dois me  
donner accès à ton téléphone,  
réseaux sociaux, espaces  
personnels de la banque, etc. »

Lorsqu'ils ne sont pas ensemble, l'**agresseur exerce un contrôle constant sur la victime**.

Pour exercer ce contrôle permanent, notamment rendu possible par les outils numériques, il peut exiger...

- de connaître très précisément son emploi du temps
- qu'elle réponde instantanément aux messages et appels
- qu'elle lui dise ce qu'elle fait, où, avec qui
- qu'elle lui envoie des photos pour le prouver, ou actionne sa géolocalisation si ce n'est pas déjà fait
- de rester au téléphone avec lui pendant plusieurs dizaines de minutes en la faisant culpabiliser si elle préfère retourner avec ses amies ou amis.



Toutes ces actions de (cyber)harcèlement, (cyber)contrôle, et (cyber)surveillance, peuvent amener les connaissances et proches de la victime à ne plus avoir envie de passer du temps avec elle, ce qui renforce son isolement.

## B - La dévalorisation

L'agresseur a pour objectif de **soumettre la victime afin de pouvoir la conditionner sans révolte**. Pour ce faire, il **dévalorise la victime tout en instaurant une dépendance affective** afin qu'elle perde toute estime, confiance, valeur à ses propres yeux, qu'elle n'ait plus de libre-arbitre.



Ce faisant, la victime pense que l'agresseur a raison, qu'elle mérite la violence et n'a pas d'autres choix que de la subir. Elle peut même protéger son agresseur.

Peu à peu, il peut...

- imposer sa manière de voir les choses, en réduisant l'altérité de la victime et ses différences
- la harceler, commettre des violences psychologiques en ligne ou non
- l'humilier et commettre des violences devant les enfants et/ou tiers.

Le **numérique peut aider l'agresseur à renforcer ces mécanismes**. Par exemple, le numérique permet également la diffusion d'images ou vidéos à caractère intime ou sexuel dont la captation peut être imposée à la victime.



Ces (cyber)violences créent un chantage permanent qui renforce l'humiliation ressentie par la victime.

## C - L'instauration d'un climat de peur, de domination et d'insécurité

L'agresseur a pour objectif de **contrôler la victime**, de la placer dans une **situation d'inquiétude permanente** sans pour autant qu'il ait besoin d'exprimer quelque chose de spécifique.

Pour se faire, sous prétexte d'amour et de passion, il peut...

- contrôler les faits et gestes, horaires, alimentation, vêtements et maquillage, dépenses, téléphone, ordinateur, etc., de la victime

« Je ne comprends pas comment il peut savoir cela alors que je ne le lui ai pas dit »

« Je suis sûre que c'est lui que j'ai aperçu près de mon travail, pourtant il m'affirme le contraire. »



« Si tu m'aimes, tu dois me donner accès à... tes réseaux sociaux, comptes bancaires, mails, espaces personnels »  
(CAF, pôle emploi, impôts, etc...)

« J'ai pas envie de toujours lui dire où je suis ou avec qui mais si je ne le fais pas, il devient tellement pressant et violent que je préfère lui dire comme ça il se calme un peu. »



« C'est vrai que je t'ai frappée, mais tu n'avais qu'à... ou tu n'avais qu'à pas... »  
(et les choses reprochées changent et peuvent se contredire)

« Je ne t'aurais pas frappée si tu m'avais envoyé, comme je te le demandais, une photo de là où tu étais. Tu sais bien que ça m'inquiète de pas savoir où tu es. »

- faire preuve de jalousie extrême et suspecter chacune de ses actions en leur attribuant des intentions non fondées que la victime s'épuisera à contredire
- imposer des discussions sans fin pour la pousser à avouer quelque chose (mensonge, tromperie, etc.).

Pour créer une situation où la victime est dans un état d'incertitude totale, il va...

- **faire alterner des périodes d'accalmie et de violences, de manière imprévisible**
- **rendre toute anticipation impossible dans la relation.**

Ces stratégies sont **renforcées par l'utilisation des outils numériques** qu'il utilise avec **l'accord « forcé » de la victime ou à son insu**, notamment via **le cyberharcèlement, le cybercontrôle, la cybersurveillance et les cyberviolences économiques ou administratives**. Ces cyberviolences permettent de collecter des informations qui peuvent être utilisées pour faire pression sur les déplacements, agissements et relations sociales de la victime.

Il peut...

- imposer la géolocalisation permanente de la victime pour la cybersurveiller
- installer un logiciel espion à son insu pour avoir accès à des informations sans qu'elle soit au courant
- faire en sorte que la victime le voie subrepticement dans un lieu où il n'est pas censé savoir qu'elle est
- surgir ostensiblement dans ces lieux pour qu'elle comprenne qu'il sait tout d'elle
- utiliser le chantage affectif pour avoir accès à ces informations en ligne pour la cybercontrôler.



**Le numérique permet ce contrôle continu ne laissant pas d'espace de répit pour la victime. Cela induit le doute sur ce qu'elle dit, pense ou ressent.**

## D - L'inversion de la culpabilité

L'agresseur a pour objectif de se déresponsabiliser auprès de tout le monde ainsi que de la victime tout en faisant croire que c'est elle qui est responsable de ce qu'il lui fait subir.

Pour ce faire, il peut...

- utiliser la **manipulation** et le **chantage**
- s'appuyer, pour justifier ses violences, sur des prétextes souvent liés à la manière dont la victime fait ou ne fait pas les choses, aux enfants et à leur éducation, etc.
- justifier ses actes par amour ou protection de la victime.

Cette stratégie est renforcée par le **cybercontrôle** et la **cybersurveillance**.

L'agresseur peut aussi utiliser les enfants pour inverser la culpabilité en tenant un discours négatif sur la mère en leur présence.

L'agresseur peut...

- reprocher en permanence à la victime de chercher à lui cacher des choses



« Je ne comprends plus ce que je peux faire pour l'apaiser et éviter les violences. »

« Il a raison, si je n'arrive pas à calmer les enfants, c'est parce que je suis une mauvaise mère, lui ils l'écoutent ! »

- reprocher chaque déplacement, agissement et relation sociale
- utiliser tous ces faits et gestes comme moyen de pression, notamment auprès des enfants.

L'agresseur installe l'idée que c'est elle qui a un problème dans leur couple car elle ne veut pas « tout » lui dire. **A force, cela installe le doute pour elle et l'idée que c'est elle qui a un problème** dans leur couple puisqu'elle n'est pas assez fusionnelle et qu'elle refuse de « tout » partager.

NB : Les enfants peuvent sembler davantage écouter (se soumettre à) l'agresseur car ils ont peur, pour eux et leur mère. Ils peuvent également être dissociés en sa présence (cf. partie 8). Il peut s'agir aussi d'une stratégie d'évitement et de protection de leur part.

## E – L'instauration de son impunité

L'objectif de l'agresseur est de **ne pas être identifié comme violent** afin de pouvoir continuer à perpétuer des violences, ne pas être sanctionné pénalement et ne pas perdre son statut social. Toutes les stratégies précitées participent à cet objectif.

Il peut...

- **manipuler l'entourage** en l'amenant à cautionner la disqualification qu'il fait de la victime
- **faire en sorte, auprès des témoins, de retourner la situation en se faisant passer pour la victime de la victime.**

L'aspect **numérique** va renforcer cette stratégie par l'utilisation des tablettes, ordinateurs et téléphones, et notamment des **réseaux sociaux**.

Il peut...

- **diffuser en ligne une bonne image de lui et une image négative de la victime pour l'isoler de son entourage et renforcer sa propre impunité**
- **effacer des données ou des preuves pour garantir son impunité, en ayant accès au téléphone de la victime**

Cela peut être renforcé par l'attitude de cette dernière, due notamment à la peur et aux conséquences des violences dont le psycho-traumatisme (expliqué plus loin).

**La victime paraîtra peu sympathique (car elle sait que, si elle sourit, il la frappera lorsqu'ils rentreront), confuse, ambivalente, etc., tandis que l'agresseur paraîtra très avenant et prévenant, clair, etc.**

Cela peut amener l'entourage ou les professionnels et professionnelles à penser qu'elle a « vraiment beaucoup de chance de l'avoir et qu'il pourrait vraiment trouver mieux ».

Ces stratégies, le plus souvent cumulées, correspondent à ce qui peut aussi être nommé « **le contrôle coercitif** ».

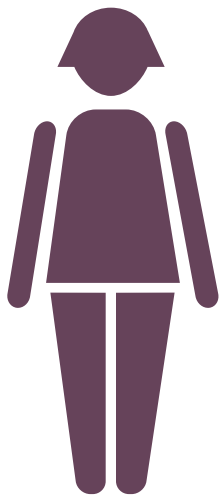
La victime est sous emprise du fait de ces différentes stratégies. Il est important pour les professionnelles et professionnels de les connaître afin de détecter les moyens utilisés par l'agresseur pour exercer ces violences. Ainsi les professionnelles et professionnels auront une compréhension plus globale du phénomène, comprendront mieux la situation de la victime et sauront mieux l'accompagner.

« Tu vois, elle est incapable de s'occuper correctement de la maison et des enfants. »

« Les gens lui font confiance, il a raison, personne ne me croira. »

« Même ma famille pense que je dois faire des efforts car j'ai de la chance de l'avoir et je ne le mérite pas. »

## 5. L'IMPACT DE LA STRATÉGIE DE L'AGRESSEUR SUR LA VICTIME



**Honte**

**Peur des représailles**

**Dévalorisation**

**Angoisse**

Ces stratégies expliquent, pour partie, les attitudes de la victime et ses difficultés à quitter l'agresseur.

Les stratégies de l'agresseur et les (cyber)violences subies engendrent chez la victime **un ensemble de conséquences** importantes ayant pour effet de modifier sa propre conscience de soi et ses comportements. Ainsi, la victime **apparaît** fréquemment **comme confuse, ambivalente**, ce qui est dû notamment à l'emprise et aux conséquences **psycho-traumatiques** qu'elle vit depuis des semaines, des mois, voire des années.

Les **conséquences** sont d'autant plus fortes lorsque les violences sont **à la fois cyber et non cyber** : la victime **n'a aucun espace de répit** et la capacité de contrôle de l'agresseur apparaît illimitée.

**Sentiment d'impuissance** « *Pourquoi les gens me croiraient... C'est mon histoire finalement, c'est mon histoire...* » extrait d'« ANNA »

La victime a le sentiment que **l'agresseur est tout puissant**, qu'il sait tout et qu'elle **ne peut pas lutter face à la multitude des (cyber)violences subies**. Il exerce et menace d'exercer des (cyber)violences sur elle et les enfants pour qu'ils et elles lui obéissent, et elle a l'impression qu'il contrôle toutes les sphères de sa vie (professionnelle, sociale, etc.).

**Par exemple**, elle a **peur de ne pas être crue** et d'être considérée comme « paranoïaque », si elle parle du contrôle permanent de l'agresseur via les outils numériques.

Elle pense qu'il maîtrise tous les outils numériques et se sent impuissante. Elle a honte de vivre cela et se sent responsable.

**Culpabilité** « *Je suis paralysée, je ne peux rien faire, j'ai l'impression qu'il a raison quand il me frappe* » extrait d'« ANNA »

La victime **pense aussi qu'elle est responsable des (cyber)violences**, soit parce que son partenaire (ou ex) la dévalorise tellement qu'elle pense « mériter » les (cyber)violences, soit parce qu'elle est **contrainte à céder à certaines violences par peur de représailles**.

**Par exemple**, elle **accepte de lui répondre immédiatement**, d'être filmée en permanence, de lui donner accès à ses comptes personnels pour (tenter d') éviter d'autres (cyber)violences. Cette **culpabilité est décuplée si elle a donné son accord pour la captation d'images et vidéos à caractère intime ou sexuel**, voire si elle les a produites elle-même, que ce soit à son initiative ou sous la pression de l'agresseur.

La culpabilité va réduire la capacité de la victime à solliciter de l'aide. L'emprise de l'agresseur est renforcée.

## Perte d'estime

**Minimisation des violences** « *Enceinte, on a eu des disputes pour des petits détails et ça a été la claque, au départ la claque et puis après, mais vraiment tout de suite après la claque, c'était excuse-moi et donc voilà, j'ai pardonné parce qu'au départ c'était ridicule, enfin y avait rien de sérieux dans nos disputes* » extrait d'« ANNA »

La victime a souvent du mal à identifier les violences autres que physiques, et notamment les cyberviolences. La violence physique est facilement identifiée comme telle et elle sait que c'est interdit par la loi.

Cependant, par exemple, même si elle reconnaît des violences, elle va tendre à les minimiser et à excuser l'agresseur de ses passages à l'acte.

Les autres formes de violences sont rarement ou plus difficilement identifiées par elle. Or les violences commencent le plus souvent par des violences verbales et psychologiques, des cyberviolences, des violences matérielles, économiques et administratives, ainsi que des violences sexuelles. Seulement ensuite, il commet des violences physiques. Ainsi ces dernières arrivent alors que la victime est déjà sous emprise.

Toutes ces violences peuvent être commises via le numérique ou non. Cela signifie que les cyberviolences aussi sont peu repérées comme des violences par la victime.

**Isolement, méconnaissance de ses droits** « *Lorsque j'ai commencé à vivre avec cet homme, il était jaloux aussi bien de mes amis femmes que hommes, j'ai coupé les ponts, en fait, avec tout le monde donc on se retrouve seule* » extrait d'« ANNA »

En se trouvant isolée, la victime aura plus de difficultés à solliciter de l'aide notamment auprès de ses proches ou en ligne.

**Par exemple**, elle aura peur qu'il ait connaissance de ses échanges du fait de la cybersurveillance ou elle n'a plus accès aux outils numériques (téléphone, ordinateur, tablette) de par le cybercontrôle ou encore à ses comptes en raison des cyberviolences économiques et administratives.

Pour se libérer de l'emprise, le chemin peut être long. Il s'effectue souvent par étapes avec des allers-retours : la victime a des projets ou tentatives de séparations qui sont, parfois à plusieurs reprises, suivis d'une reprise de la vie commune.

Les cyberviolences peuvent compliquer le processus de séparation lorsque l'agresseur a accès à ses comptes administratifs, bancaires, etc., et se prolongent après la séparation par le biais de la surveillance, des menaces de diffusion ou des diffusions d'informations personnelles, d'images ou vidéos intimes ou sexuelles, etc.

Sauf danger, il faut accepter ce processus, les choix de la victime et l'aider à prendre conscience de la réalité de sa situation et de l'emprise, qui sera un cheminement progressif.

## Peur de ne pas être crue



Le seul responsable est l'agresseur. Aucune tenue, aucune parole ou aucun comportement ne justifie les (cyber)violences.

Extraits du **court-métrage pédagogique**  
« ANNA »



« Au début, forcément, c'est tout beau, tout rose, on vit sur un petit nuage, on est sortis ensemble puis la brosse à dent, les chaussons, on a emménagé ensemble très vite dans ma petite chambre de bonne. »

« Je suis **enceinte** et à partir de là il y a toute une **métamorphose**, il y a toute une métamorphose, il a vraiment changé, je suis devenue sa propriété. Il **connaît mon emploi du temps** par cœur, il faut que j'arrive à une certaine heure, sinon il **devient nerveux**. »

« Enceinte, on a eu des disputes pour **des petits détails** et ça a été **la claque**, au départ la claque et puis après, mais vraiment tout de suite après la claque, c'était **excuse-moi** et donc voilà, j'ai pardonné parce qu'au départ **c'était ridicule**, enfin y avait rien de sérieux dans nos disputes. »

« Je suis **paralysée**, je ne peux rien faire, j'ai l'impression qu'il a raison quand il me frappe. »

« C'est lui qui a raison, c'est lui qui me connaît le mieux, je vis avec lui **7 jours sur 7, 24 heures sur 24**, donc il n'y a que lui peut me juger, qui peut me connaître. »

« Je ne dis rien parce que pour moi il a raison, il a raison enfin... Oui il a raison. »

« J'ai **honte**. »

« Lorsque j'ai commencé à vivre avec cet homme il était **jaloux** aussi bien de **mes amis femmes que hommes**, j'ai **coupé les ponts**, en fait, avec **tout le monde** donc on se retrouve **seule**. »

« A la limite **des coups**, c'est **des bleus**, et les **bleus ça disparaît**, à la limite je préfère largement avoir des coups **alors que les paroles**. »

« Les paroles, ça reste, le plus dur à encaisser ce sont les paroles, **je les ai dans la tête, les paroles**. »

« **Pourquoi les gens me croiraient...** C'est mon histoire finalement, c'est mon histoire... »

# 6. LES CONSÉQUENCES DES (CYBER)VIOLENCES POUR LA VICTIME

Les **(cyber)violences au sein du couple sont traumatisantes** et ont fréquemment d'importantes conséquences sur la santé mentale et physique des victimes à long terme.

Il n'y a **pas de profil type de femmes victimes** de (cyber)violences. Néanmoins, les femmes les plus jeunes, celles qui sont en situation de vulnérabilité, de handicap ou de discrimination sont bien plus à risque de subir ces (cyber)violences. Les femmes en situation de handicap ont notamment plus de risque de développer des conséquences plus lourdes.

Les victimes présentent à la fois des symptômes psychologiques spécifiques du psychotraumatisme et des symptômes physiques liés à un état de stress chronique. Il est important de savoir identifier les **troubles psychotraumatiques et de les relier à des violences subies**, devant des signes de souffrances mentales, des douleurs et des maladies chroniques.

Les conséquences psychotraumatiques de ces violences doivent être prises en charge. Les victimes doivent avoir accès à des **soins spécialisés médicaux et psychologiques par des professionnels et professionnelles formés**. Cette prise en charge est d'autant plus nécessaire qu'elle est efficace et peut éviter l'aggravation d'autres conséquences des (cyber)violences.

## A- Conséquences psychologiques

- Des troubles psychotraumatiques
- Des troubles anxieux généralisés
- Des états dépressifs (tristesse de l'humeur, ralentissement psychomoteur, perte d'intérêt) avec risque de suicide
- Des troubles du sommeil
- Des troubles cognitifs (troubles de la concentration, de l'attention et de la mémoire)
- Des troubles alimentaires (perte d'appétit, anorexie, boulimie)
- Des troubles importants de l'estime de soi
- Des sentiments de honte et de culpabilité
- Des troubles du comportement et de la régulation émotionnelle (peur, agressivité, isolement, angoisse de séparation)
- Une modification des croyances fondamentales antérieures concernant soi-même, les autres, le monde
- Des conduites à risques et des mises en danger : conduites addictives, alcooliques, automutilations, etc...

Les victimes de (cyber)violences au sein du couple ont un risque important de subir de nouvelles violences auxquelles elles n'étaient pas exposées avant, dans d'autres sphères de leur vie ou dans de nouvelles relations de couple.

## B- Conséquences physiques directes des violences

- Fractures, brûlures, blessures, strangulation, hématomes, atteintes oculaires et ORL, atteintes neurologiques par traumatisme crânien
- Bucco-dentaires : dents cassées ou fêlées, fracture/luxation/douleurs de l'articulation temporo-mandibulaire...
- Fatigue intense, douleurs chroniques, céphalées (maux de tête), dorso-lombalgies (maux de dos)
- Pathologies obstétricales (avortement, prématurité, menaces d'accouchement prématuré, décollement placentaire, rupture des membranes, hypotrophie fœtale)
- Infections sexuellement transmissibles
- Grossesse suite à un viol et grossesses « à répétition »

### des psychotraumatismes :

- Fatigue intense, douleurs chroniques, céphalées (maux de tête), dorso-lombalgies (maux de dos), symptômes dermatologiques et ORL
- Troubles cardio-vasculaires (hyper-tension artérielle, tachycardie, troubles coronariens)
- Troubles endocriniens (diabète, troubles thyroïdiens)
- Troubles digestifs (nausées, douleurs abdominales, troubles du transit)
- Troubles gynéco-obstétricaux et sexuels
- Troubles immunitaires

### Zoom sur...

#### Conséquences sur la grossesse, sur l'accouchement et sur le post partum

Les femmes ayant subi des violences avant et/ou pendant la grossesse ont des risques significativement plus élevés pour un grand nombre de pathologies obstétricales<sup>11</sup> et leurs **nouveau-nés, un risque de prématurité significativement augmenté jusqu'à 37 % et d'hypotrophie jusqu'à 21 %.**

## C- Conséquences sociales

- Sur leur scolarité, leurs études, leurs parcours professionnels et leurs conditions de travail
- Sur leur vie professionnelle (retards et absences répétés et/ou non prévus, manque de concentration, arrêt maladie, défaut de motivation, perte de mémoire, refus de nouer des relations, etc.)
- Sur leurs relations familiales
- Sur leurs relations affectives et amicales



Les femmes victimes de (cyber)violences de la part de leur partenaire intime ont une probabilité<sup>12</sup> :

- **deux fois plus élevée** de connaître des problèmes
  - de **consommation d'alcool,**
  - **de dépression et**
  - **de recours à l'avortement**
- **quatre fois et demi plus élevée de se suicider**

Il s'agit d'un véritable enjeu de santé publique puisque le coût global des seules violences conjugales en France est estimé à 3,6 milliards d'euros par année dont 290 millions pour le système de soins<sup>13</sup>.

La facilitation et l'accélération des cyberviolences rendues possibles par l'utilisation du numérique augmentent et amplifient aussi les conséquences psychologiques, physiques, psychotraumatiques et sociales.

#### → Ressource complémentaire

Le kit pédagogique ELISA sur les violences sexuelles – conséquences des violences – [arretonslesviolences.gouv.fr](http://arretonslesviolences.gouv.fr)

11 SILVERMAN J. G., DECKER M. R., REED E., RAJ. A., 2006, Intimate partner violence victimization prior to and during pregnancy among women residing in 26 U.S. states : Associations with maternal and neonatal health, American Journal of Obstetrics and Gynecology, n°195, 140-148

12 Selon une étude conduite par l'OMS en 2013 pour mesurer les impacts sur la santé des violences subies par les femmes à partir d'enquêtes produites dans plusieurs pays.

13 « Évaluation économique des violences conjugales en France », Marc Nectoux, Claude Mugnier, Sandrine Baffert, Maité Albagly, Bertrand Thélot Dans Santé Publique 2010/4 (Vol. 22), pages 405 à 416



# 7. CONSÉQUENCES PSYCHOTRAUMATIQUES DES (CYBER)VIOLENCES : NOTIONS SUR LES MÉCANISMES NEUROBIOLOGIQUES

Lorsqu'une personne est exposée à une (cyber) violence à laquelle elle ne peut échapper, cet événement crée un stress extrême et une réponse émotionnelle incontrôlable. Ce stress extrême entraîne un **risque vital cardiovasculaire et neurologique** par « survoltage » comme dans un circuit électrique.

Pour stopper ce risque fonctionnel, son circuit neuronal « disjoncte » automatiquement grâce à la sécrétion, par le cerveau, de « drogues dures » : endorphines et drogues « kétamine-like ». Cette disjonction éteint le stress extrême créé par la violence et entraîne :

- **une anesthésie psychique et physique** : la personne peut être tétanisée, dans l'incapacité de parler, de bouger ; elle peut développer un seuil élevé de tolérance à la souffrance souvent accompagné de troubles de la mémoire et de troubles du repérage spatio-temporel
- **un état dissociatif** : sa conscience est altérée, elle a un sentiment d'étrangeté et d'irréalité, de dépersonnalisation, la sensation d'être spectatrice d'elle-même
- **une amnésie** : la personne peut être dans l'incapacité de se souvenir de tout ou partie de ce qui s'est passé et avoir des trous de mémoire
- **une mémoire traumatique émotionnelle** : certaines scènes ou sensations sont stockées dans la mémoire mais ne sont pas traitées et analysées par le cerveau. **Cette mémoire traumatique émotionnelle est incontrôlable et hypersensible.** Elle résulte du blocage de la communication entre le cerveau émotionnel en hyperactivité et le lobe préfrontal qui est le centre décisionnel conscient. **Elle n'a pas été intégrée dans le « disque dur » du cerveau.** Elle est piégée dans l'amygdale. Elle est le principal symptôme de l'état de stress post-traumatique.

Une personne qui développe des **troubles de stress aigu et des troubles de stress post-traumatique** peut présenter **trois grandes classes de symptômes** suivants :

1. Elle revit continuellement la scène traumatique en pensée (intrusion de pensées, d'images, de sensations) ou en cauchemars (symptômes de reviviscence). Ces flash-backs peuvent également se produire la journée. Elle peut reproduire exactement la scène ou la déformer avec la même détresse et les mêmes sensations.
2. Elle cherche à éviter – volontairement ou involontairement – tout ce qui pourrait lui rappeler de près ou de loin le trauma (symptômes d'évitement et « d'engourdissement émotionnel »). Cela peut prendre la forme de phobies ou de troubles obsessionnels compulsifs.
3. Elle est fréquemment aux aguets et en état d'hypervigilance (symptômes d'hyperréveil, état de qui-vive, sursaut, insomnie, sentiment de danger permanent) malgré l'absence de danger imminent.

L'ensemble de ces symptômes entraîne une **souffrance significative de la personne**, et/ou une **altération de son fonctionnement social, professionnel ou dans d'autres domaines importants.**

La personne va **mettre en place des stratégies de survie** (essentiellement des conduites d'évitement, de contrôle et d'hyper-vigilance) pour éviter les pensées et les conversations qui lui rappellent le traumatisme, mais également les lieux, les

situations et les personnes susceptibles de lui rappeler la situation originelle **afin d'éviter de déclencher la mémoire traumatique**. Cela peut conduire la victime à se mettre en retrait et à se censurer.

Toutefois ces stratégies ne suffisent pas toujours à éviter le déclenchement de réminiscences douloureuses et d'angoisses liées à la mémoire traumatique. La victime peut alors chercher à s'anesthésier émotionnellement et physiquement pour ne plus les ressentir avec des **conduites dissociantes anesthésiantes** à savoir :

- la prise de produits dissociants (alcool, drogues, tabac, psychotropes),
- les conduites à risque et les mises en danger (conduites routières à risque, jeux dangereux, sports extrêmes, conduites sexuelles à risque, automutilations, violences sur autrui, délinquances...). En créant une situation de stress intense, cela provoque une disjonction du circuit émotionnel, comme au moment des (cyber) violences, ce qui entraîne une dissociation avec anesthésie émotionnelle et physique.

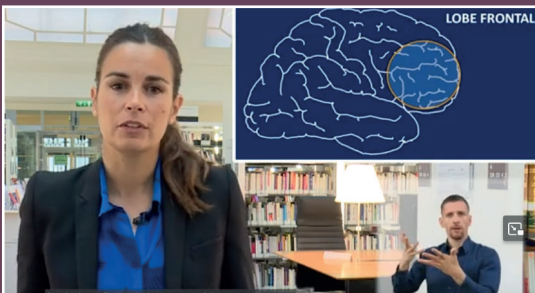
Ces conduites sont responsables de sentiments de **culpabilité** et d'une **grande vulnérabilité** face à l'agresseur.

Ces conduites incontrôlables peuvent être **déstabilisantes pour les professionnelles et les professionnels** qui interviennent auprès de la victime, s'ils et elles n'ont pas été **formés**.

Une **prise en charge médicale spécialisée en psychotraumatologie, voire en psychiatrie**, permet de **relier les symptômes psychotraumatiques aux violences, d'en comprendre les mécanismes et de les contrôler**. Cette prise en charge est efficace sur la majeure partie des conséquences des (cyber)violences.

Il est aussi important de noter que les **cyberviolences ont ces mêmes conséquences psychotraumatiques pour les victimes, voire peuvent même être démultipliées**.

→ **80 %** des victimes de cyberviolences rapportent des troubles psychotraumatiques<sup>14</sup>.



### Pour aller plus loin le clip pédagogique « Paroles d'experte »

Que se passe-t-il pour la victime pendant et après les violences : les impacts du stress aigu et du stress chronique ? (11 min)

Carole AZUAR, Neurologue et chercheuse en neurosciences, CHU de la Salpêtrière et Institut de la mémoire. À voir et à télécharger sur le site <https://arretonslesviolences.gouv.fr>



### Pour aller plus loin le clip pédagogique « Paroles d'experte »

Les conséquences psycho-traumatiques des violences : la sidération, la dissociation, la mémoire traumatique (12 min 42)

Muriel SALMONA, psychiatre spécialisée en traumatologie et victimologie.

À voir et à télécharger sur le site <https://arretonslesviolences.gouv.fr>

<sup>14</sup> « Cyberviolence et Cyberharcèlement : le vécu des victimes » enquête 2022 de l'association Féministes contre le Cyberharcèlement menée par Ipsos – précision : cette enquête n'est pas spécifiquement sur les violences au sein du couple mais sur toutes les formes de cyber violences et harcèlements

## 8. LES CONSÉQUENCES POUR LES ENFANTS EXPOSÉS AUX (CYBER)VIOLENCES AU SEIN DU COUPLE

La Convention d'Istanbul<sup>15</sup> reconnaît dans son préambule que « **les enfants sont des victimes de la violence domestique** ».

Les enfants sont co-victimes des (cyber)violences au sein du couple en tant que témoins et victimes directes. En 2022, 12 enfants ont été tués par l'un de leurs parents dans un contexte de violences au sein du couple, 129 sont devenus orphelins.

La littérature scientifique a montré que plus de **40 % des enfants exposés à des violences au sein du couple sont eux-mêmes et elles-mêmes victimes de violences physiques ou psychologiques directes par le même auteur et que 80 % sont présents au moment des actes de violences.**

**En protégeant la mère, les enfants sont protégés.**

« Si tu vas à la police ou si tu parles, ils vont te retirer les enfants et les placer. »  
« Tu es une mauvaise mère. »  
« Tu ne sais pas t'occuper des enfants. »

Les (cyber)violences dans le couple ne sont pas uniquement un passage à l'acte violent et isolé, c'est au contraire un contexte permanent de peur pour la mère et les enfants.

Les enfants ont peur que leur mère soit blessée ou tuée. Ils et elles peuvent se sentir responsables de certaines scènes de violence entre leurs parents parce que l'agresseur les utilise comme prétexte déclencheur. C'est notamment le cas dans les cyberviolences via les enfants, où le père peut chercher/demander des informations aux enfants sur leur mère et s'en servir ensuite contre elle. Ce climat de danger et de terreur affecte les enfants dans leur construction, développement et santé. Ainsi les (cyber)violences au sein du couple ont des conséquences graves :

- **sur le développement, la construction de l'enfant, la santé mentale et physique** (troubles psychotraumatiques, troubles anxieux, troubles du comportement avec conduites à risque, du sommeil, de l'alimentation, difficultés scolaires ...) à court, moyen et long terme.
- **sur sa perception de la loi et sur son rapport au masculin/féminin.** Ces enfants ont plus de risques de reproduire la violence dans les rapports filles-garçons en tant qu'enfant, dans leurs rapports avec leur mère, et dans leurs relations en tant qu'adulte à l'intérieur de leur propre couple.
- **sur sa relation avec l'autre.** Certaines et certains de ces enfants reproduisent les violences vécues à la maison soit du fait du **psycho-traumatisme**, soit du fait de l'apprentissage par imitation qui conduit à adopter une attitude de résolution des conflits par la violence et à avoir une faible tolérance à la frustration. Certains enfants peuvent perpétuer le rôle d'agresseur et d'autres celui de la victime.

Grandir dans un contexte de (cyber)violences dans le couple apprend à l'enfant que :

La (cyber)violence est une manière de résoudre des conflits

La (cyber)violence est une manière de gérer la frustration

La (cyber)violence peut être niée

La (cyber)violence peut être minimisée

La (cyber)violence fait partie de l'intimité et des relations « amoureuses »

La (cyber)violence est acceptable dans la relation entre un homme et une femme

<sup>15</sup> La Convention du Conseil de l'Europe sur « la prévention et la lutte contre la violence à l'égard des femmes et la violence domestique » dite Convention d'Istanbul ratifiée le 4 juillet 2014 par la France est entrée en vigueur le 1 novembre 2014



### Extrait du court-métrage de formation « ANNA »

Le médecin : « Vous avez des enfants ? »

Anna : « Une seule, Louise, elle a 9 ans. »

« Ça va, ça va bien, Louise a peu de problèmes en ce moment à l'école, depuis quelques jours on a l'impression qu'elle est dans une période de régression, elle a même fait pipi au lit. »

« En fait, il m'a traînée par les cheveux devant ma fille. »

**Pour rompre le cycle de la reproduction**, il est essentiel que les enfants sachent qu'ils et elles peuvent s'épanouir dans un contexte de sécurité et que d'autres modèles non violents et égalitaires existent dans les relations avec autrui.

Parler des (cyber)violences permet à l'enfant de sortir de la loi du silence imposée par l'agresseur et du déni qui entourent la violence. Le professionnel ou la professionnelle aide l'enfant à verbaliser ce qu'il ou elle vit et ressent.

Quelques exemples de comportements fréquents des pères commettant des (cyber)violences au sein du couple :

- dévaloriser et injurier la mère en présence de l'enfant
- décider de tout sans demander l'accord de la mère (rendez-vous médicaux, activités périscolaires, etc.)
- empêcher la mère d'avoir accès aux dossiers scolaires et médicaux des enfants
- menacer de garder les enfants si la mère envisage une séparation
- menacer de faire du mal aux enfants si la mère parle des violences
- reprocher à la mère la « mauvaise conduite des enfants » et les « mauvais résultats »
- utiliser l'enfant pour avoir des informations et surveiller la mère via les outils numériques.

### POUR SOUTENIR LA MÈRE, VOUS POUVEZ DIRE

« Etre mère c'est difficile, surtout dans ces situations de violences »

« C'est normal d'être fatiguée lorsqu'on est victime de violences »

« Vous pouvez être aidée pour protéger votre enfant »

### À DIRE A L'ENFANT

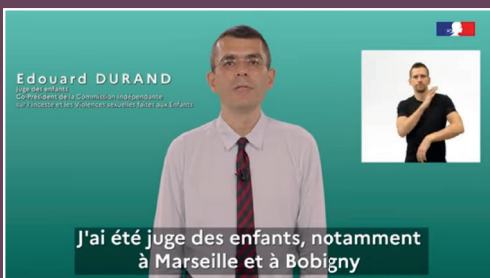
« La loi interdit et punit les violences »

« Ton père/beau-père n'a pas le droit de faire ça ni à ta mère, ni à toi »

« Ce que ton père/beau-père a fait s'appelle la violence »

« La violence n'est pas de ta faute, ni de la faute de ta maman »

« Il existe des personnes qui peuvent vous aider toi et ta maman »



Pour aller plus loin le clip pédagogique

### « Paroles d'expert »

« L'impact des violences au sein du couple sur les enfants » (12 min)

Edouard Durand, magistrat

A voir et à télécharger sur le site [arretonslesviolences.gouv.fr](https://arretonslesviolences.gouv.fr)

### → Ressource complémentaire

- Kit pédagogique « Tom et Léna » sur les conséquences des violences au sein du couple sur les enfants

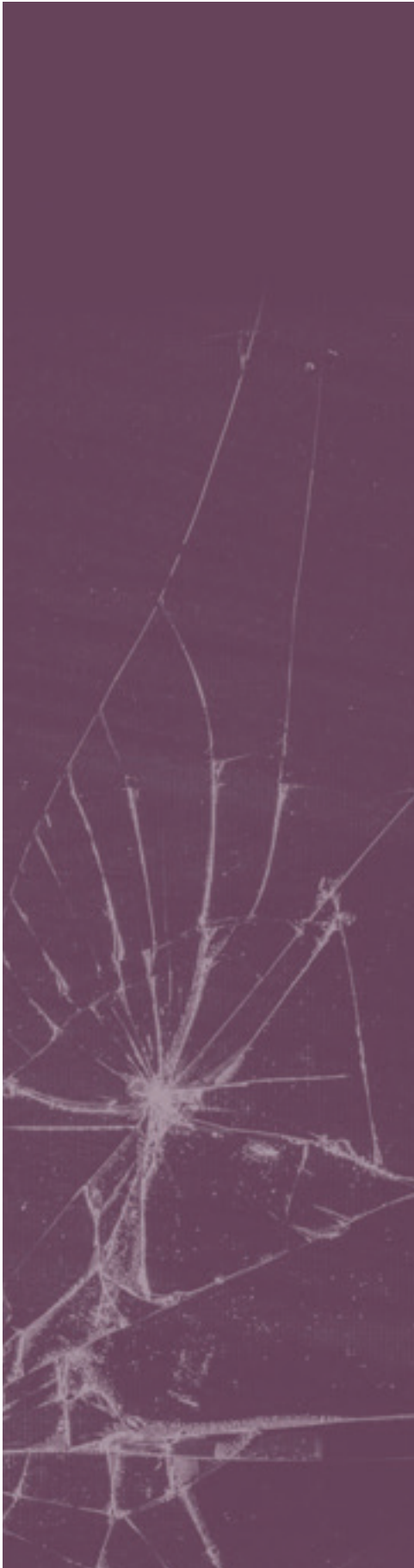
À voir et à télécharger sur le site <https://arretonslesviolences.gouv.fr/>

PARTIE 2

L'ACTION  
DU PROFESSIONNEL  
OU DE LA PROFESSIONNELLE







Chaque professionnel ou professionnelle a un rôle à jouer dans son domaine de compétences dans la lutte contre les (cyber)violences au sein du couple pour mieux les repérer, accompagner et orienter les victimes.

Ce guide propose **un référentiel commun d'action en 8 étapes clés**, quel que soit le domaine d'intervention des professionnelles et professionnels. Ce référentiel d'action aide à repérer et prévenir les (cyber)violences au sein du couple et procurer des conseils de protection adaptés aux victimes.

### Repérer, accompagner et orienter les victimes des (cyber)violences au sein du couple

#### ACTION DES PROFESSIONNELLES

#### ET PROFESSIONNELS EN 8 ETAPES :

**ETAPE 1** : Créer un climat d'écoute et de confiance

**ETAPE 2** : Poser systématiquement la question des (cyber)violences au sein du couple

**ETAPE 3** : Affirmer l'interdiction des (cyber)violences au sein du couple par la loi et la seule responsabilité de l'agresseur

**ETAPE 4** : Délivrer un message de soutien et de valorisation de la démarche de la victime

**ETAPE 5** : Evaluer les risques immédiats encourus pour la victime et les enfants co-victimes

**ETAPE 6** : Apporter une solution dans son domaine de compétences

**ETAPE 7** : Orienter les victimes vers des dispositifs d'aide complémentaires

**ETAPE 8** : Signifier votre disponibilité et fixer un nouveau rendez-vous en sécurisant les échanges

Ces 8 étapes permettent à toutes les professionnelles et tous les professionnels, quel que soit leur domaine de compétences, de proposer un accompagnement adapté aux victimes des (cyber)violences au sein du couple.



## ETAPE 1

# Créer un climat d'écoute et de confiance

### Créer un espace accueillant et confidentiel

Dès l'entrée dans les **locaux et la salle d'attente**, la présence d'**affiches et de dépliants d'information et de sensibilisation sur les violences faites aux femmes et les (cyber)violences au sein du couple** alertera la victime sur l'attention particulière portée à cette problématique. Ces affichages peuvent **faciliter la parole de la victime** lors de l'entretien.

#### → Ressource complémentaire

Des **affiches** de sensibilisation sur les violences faites aux femmes du gouvernement disponibles sur [arretonslesviolences.gouv.fr](http://arretonslesviolences.gouv.fr)

L'**affiche** contre les cyberviolences conjugales du Centre Hubertine Auclert

L'entretien doit se dérouler dans un bureau ou un **espace individuel** pour créer **un climat de sécurité, de confiance et de confidentialité**.

### Avoir une attitude bienveillante

Les **premières attitudes et paroles** du professionnel ou de la professionnelle faciliteront la communication et la relation avec la personne reçue tout en contribuant à installer un **climat de confiance**.

Les **entretiens doivent reposer sur les fondamentaux suivants** : la **bienveillance**, l'**écoute active**, le **respect** et la **sécurisation**. Cela facilitera la parole de la victime qui peut ressentir une angoisse et un sentiment de honte suite aux violences vécues.

Il est possible qu'un récit de violences engendre des émotions et réactions difficiles, voire contradictoires, chez les professionnelles et professionnels (colère, angoisse, exaspération, etc.), lesquelles peuvent générer des attitudes négatives par rapport à la victime (doute, banalisation, rejet, jugement, etc.). La manière dont réagit le professionnel ou la professionnelle aura un impact sur la victime et sur ce qu'elle verbalisera ou non.

Ainsi, le professionnel ou la professionnelle doit **écarter tout préjugé ou présupposé** sur la situation de la victime et apporter une écoute attentive.

Ces conseils s'appliquent à toutes les étapes de l'accompagnement des victimes.



#### Quelques conseils généraux pour tout l'entretien :

- Se présenter nommément à la victime et avoir une attitude bienveillante
- Parler sur un ton calme et rassurant et ne pas avoir de gestes brusques
- Soutenir la parole de la femme victime, par des gestes et des propos (hochement de la tête, regards, etc.)

#### Actions du professionnel ou de la professionnelle :

- Vous écoutez la victime avec attention et respect.
- Vous croyez ce qu'elle vous révèle et vous le lui dites.
- Vous écarterez tout préjugé ou présupposé sur l'histoire de la victime.

## ETAPE 2

# Poser systématiquement la question des (cyber) violences au sein du couple

### Pratiquer le questionnement systématique

Pour le professionnel ou la professionnelle, si la présence des violences semble évidente lorsque des traces physiques de coups sont visibles, il est plus **difficile de les détecter** lorsqu'il s'agit des **violences psychologiques** par exemple, ou des **violences via l'usage du numérique**.

Afin de briser la loi du silence dans laquelle la victime et les enfants co-victimes se trouvent enfermés par l'agresseur, le **questionnement systématique** ouvre un espace de parole à l'initiative du professionnel ou de la professionnelle. Si la victime ne se sent pas prête à parler des violences subies quand la question lui est posée, elle sait qu'elle pourra le faire plus tard et que la professionnelle ou le professionnel sera à l'écoute.

La littérature scientifique montre que le dépistage systématique, à travers une **question posée de manière proactive** par le professionnel ou la professionnelle, est efficace et utile. Il est très bien accepté par les personnes accompagnées, qu'elles soient victimes ou non.

Ce questionnement systématique est nécessaire auprès de toutes les personnes accueillies. Il est important de garder à l'esprit que les **(cyber) violences concernent tous les milieux sociaux, tous les âges, tous les niveaux d'études et toutes les cultures**. Elles ne sont pas réservées à un groupe social particulier. Les femmes utilisant peu les nouvelles technologies peuvent être victimes de cyberviolences également et les agresseurs n'ont pas besoin d'être experts pour utiliser le numérique dans leurs stratégies. Il n'existe **pas de portrait-type de la femme victime, ni du partenaire (ou ex) violent**.

Pour le professionnel ou la professionnelle, la **meilleure des questions est celle que l'on se sent capable de poser**.



**Quelques questions simples et exemples concrets :**

- « Avez-vous été victime de violences dans le passé ou actuellement ? »
- « Avez-vous subi des violences dans l'enfance, dans votre couple ? »
- « Comment cela se passe-t-il quand votre conjoint n'est pas d'accord avec vous ? »
- « Comment se comporte votre partenaire avec vous ? »
- « Est-ce que vous avez subi des événements qui vous ont fait mal et qui continuent à vous faire du mal aujourd'hui ? »

Si une femme révèle des violences dont elle est ou a été victime, **le professionnel ou la professionnelle doit la croire et rappeler l'interdit des violences par la loi**.

### Intégrer les cyberviolences au sein du couple dans le questionnement systématique

Compte tenu de l'imbrication des **(cyber) violences au sein du couple**, il est important que le professionnel ou la professionnelle **pose systématiquement la question des cyberviolences en même temps que celle des violences au sein du couple**, pour mieux qualifier la situation globale et anticiper les risques particuliers liés à ces violences.

De manière générale, il peut être **difficile pour une victime de conscientiser et identifier ce qu'elle vit comme étant des violences**. Cela est d'autant plus difficile lorsqu'il s'agit de cyberviolences au sein

du couple qui peuvent être autant insidieuses que banalisées dans le quotidien de la victime.

Des exemples concrets peuvent être utilisés dans le questionnement systématique. Ces situations, issues du **quotidien des victimes**, permettent un dépistage des cyberviolences au sein du couple.



### Quelques questions simples et exemples concrets pour repérer les cyberviolences au sein du couple :

- « Est-ce qu'on peut vous joindre facilement et de manière confidentielle ? »
- « Est-ce que vous avez un accès libre à votre téléphone, ordinateur/tablette et à vos comptes en ligne ? »
- « Est-ce que vous pouvez communiquer avec qui vous le souhaitez ? »
- « Est-ce qu'on vous impose d'être joignable tout le temps, prévenir de vos déplacements ? »
- « Est-ce que vous avez le sentiment d'être surveillée ? Que votre partenaire ou ex-partenaire sait des choses (déplacements, informations) alors que vous ne lui en avez pas parlé ? »
- « Est-ce qu'il possède les codes de vos comptes administratifs et bancaires et les utilise pour vous nuire ? »

**En cas de non-réponse ou de réponse négative**, il convient de rester attentif et attentive :

- aux **aspects non verbaux de la personne** (gestes, regards, attitudes, pleurs, pâleurs, mimiques, etc.)
- aux **impacts qui pourraient être liés aux (cyber) violences** :
  - absences répétées aux rendez-vous, et difficultés à expliquer les causes de ces absences
  - problèmes de santé chroniques, blessures à répétition
  - les différentes formes de dépendance ou d'addiction (alcool, stupéfiant, médicaments, etc.)
  - tentatives de suicide et dépression
  - dettes, notamment de loyer, à répétition.

En présence de ces signaux, le professionnel ou la professionnelle indique sa disponibilité pour un prochain rendez-vous.

**! Point de vigilance** : Pendant l'entretien, la **révélation et la conscientisation** des (cyber) violences au sein du couple peuvent être **anxiogènes pour la victime**, par exemple du fait de la prise de conscience de tous les moyens numériques de contrôle et de surveillance dont dispose l'agresseur. Le rôle du professionnel ou de la professionnelle est de **rassurer** la victime et de lui procurer quelques **conseils de protection** (développés plus loin dans ce guide).

### Actions du professionnel ou de la professionnelle :

- Vous posez systématiquement la question des violences et des cyberviolences, à toutes les femmes rencontrées, quel que soit leur âge, leur milieu social, leur utilisation connue ou supposée des outils numériques.
- Vous utilisez des exemples concrets pour faciliter la compréhension des (cyber)violences par la victime.
- Vous restez attentif et attentive, en cas de doute, quant à la situation de la victime.
- Vous indiquez à la victime qu'elle peut toujours revenir vous voir plus tard.

### → Ressource complémentaire

**L'outil d'auto-évaluation** « Suis-je victime de cyberviolences conjugales ? du Centre Hubertine Auclert

La fiche « Outils d'aide au repérage » (**Kit d'action** contre les cyberviolences conjugales) du Centre Hubertine Auclert

Le kit pédagogique « ELISA » sur les violences sexuelles – questionnaire systématique – Miprof – [arretonslesviolences.gouv.fr](http://arretonslesviolences.gouv.fr)

Extrait du court-métrage de formation « ANNA »



*Le médecin :* « **Est-ce que vous avez déjà subi des violences dans votre vie ?** »

*Anna :* « Non, pas du tout... pourquoi vous me demandez ça ? »

*Le médecin :* « **C'est une question que je pose à tous mes patients. Violence au travail, à la maison, dans l'enfance ?** »

Anna ne répond pas mais son visage se durcit

*Le médecin :* « **Et à la maison ça se passe comment ?** »

*Anna :* « Ça va, ça va bien. Louise a un peu de problèmes en ce moment à l'école, depuis quelque jour on a l'impression qu'elle est dans une période de régression, elle a même fait pipi au lit, c'est un peu difficile peut-être parce que je ne peux plus l'emmener à l'école le matin, moi j'ai beaucoup de travail et mon mari n'en a pas, ça crée un déséquilibre. »

*Le médecin :* « **Et entre vous et votre mari ça se passe comment ?** »

*Anna :* « Ça se passe comment... Ben comment ça... Je sais pas, quoi, on vit ensemble, enfin, ça se passe comme d'habitude quoi. »

*Le médecin :* « **Comme d'habitude ?** »

*Anna :* « Il est pas très... Enfin je suis pas très non plus... Il est pas très patient. »

*Le médecin :* « **Je vous crois.** »

*Le médecin :* « **Votre mari, comment ça se passe quand il perd patience ?** »

*Anna :* « D'habitude ça va, sauf hier soir, j'ai fait cramer les lasagnes. Ça a crié un peu fort, il n'aime pas quand c'est cramé... Il est maniaque. »

Il faut le comprendre sa mère était très peu soigneuse. »

*Le médecin :* « **Il aime bien que la maison soit bien tenue, impeccable.** »

*Anna :* « Oui. »

*Le médecin :* « **C'est pas facile tout ça. Le travail, plus les tâches ménagères, et puis la petite c'est ça aussi qui vous épuise. Alors du coup tout le monde est fatigué et on s'énerve quoi...** »

*Anna :* « En fait, il m'a trainée par les cheveux devant ma fille. On s'est disputés. Mais ça n'arrive pas tout le temps. »

*Le médecin :* « **Ça s'est terminé comment ?** »

*Anna :* « Ça a duré toute la nuit. » (silence)

*Le médecin :* « **Quand vous n'avez pas envie de faire l'amour, il réagit comment ?** »

*Anna :* « Ben il a ses besoins, alors j'ai pas vraiment mon mot à dire. »

*Le médecin :* « **Il vous force à avoir des relations sexuelles ?** »

*Anna :* « Un peu. »

*Le médecin :* « **A quel moment démarrent les coups ?** »

*Anna :* « Ça peut se déclencher n'importe quand. » (silence)

*Le médecin :* « **En fait, votre mari c'est le genre à vous insulter, à vous humilier, à vous traiter de tous les noms, à vous empêcher de sortir, et à contrôler votre argent ?** »

(Elle est sidérée, elle approuve de la tête).

*Le médecin :* « **Vous voyez des amis ?** »

*Anna :* « Non »

## ETAPE 3

# Affirmer l'interdiction des (cyber)violences au sein du couple par la loi et la seule responsabilité de l'agresseur

## Affirmer l'interdiction par la loi de toutes les formes de (cyber)violences au sein du couple

**Rappel** : Les différentes formes de **(cyber)violences au sein du couple** (détaillées dans la partie 1 du guide)

- **Verbales** : injures, cris, menaces sur elle, sur les enfants...
- **Physiques** : bousculades, morsures, coups avec ou sans objet, brûlures, strangulations, séquestrations, violences sur les animaux...
- **Psychologiques** : intimidations, humiliations, dévalorisations, chantages affectifs, interdiction de fréquenter des amis, la famille...
- **Sexuelles** : agressions sexuelles, viols, pratiques imposées...
- **Matérielles** : briser, lancer des objets...
- **Économiques** : contrôle des dépenses, des moyens de paiement, interdiction de travailler
- **Cyberviolences** : cybercontrôle, cyberharcèlement, cybersurveillance imposée ou à l'insu, cyberviolences économiques ou administratives, cyberviolences sexuelles, et via les enfants...

**Toutes ces formes de (cyber)violences sont condamnées par la loi.**

### → Ressource complémentaire

La [fiche juridique](#) « Que dit la loi face aux cyberviolences conjugales ? » du Centre Hubertine Auclert

Lors de l'entretien, le professionnel ou la professionnelle affirme **l'interdit de la loi face à toutes les formes de (cyber)violences**. Le message

clé est de rappeler que la loi protège les victimes et que l'agresseur est le seul responsable.

## Respecter la temporalité de la victime concernant les démarches juridiques

La professionnelle ou le professionnel explique à la victime que le **dépôt de plainte** est l'étape nécessaire pour faire **valoir ses droits** en tant que victime et pour la **condamnation de l'agresseur**.

Compte tenu des conséquences des (cyber)violences et des mécanismes d'emprise, il est possible que la **victime ne soit pas prête à porter plainte**.

La professionnelle ou le professionnel **respecte la temporalité de la victime** (hormis les situations de danger immédiat dans lesquelles il faut appeler le 17). De cette manière, l'accompagnement proposé est adapté à ses besoins et sa situation individuelle.

Quel que soit le positionnement de la victime, la professionnelle ou le professionnel n'apporte **aucune interprétation personnelle** des témoignages délivrés. La professionnelle ou le professionnel ne demande **pas de preuves ni de justifications** des (cyber)violences subies expliquées par la victime.

### Actions du professionnel ou de la professionnelle :

Vous rappelez que :

- la loi interdit toutes les formes des (cyber)violences
- rien ne justifie les violences
- le seul responsable des violences est l'auteur
- le dépôt de plainte est important

Respectez la temporalité choisie par la victime si elle ne souhaite pas porter plainte (hormis les situations de danger immédiat).

## ETAPE 4

# Délivrer un message de soutien et de valorisation de sa démarche

La victime a souvent un sentiment de **honte**, de **culpabilité** et d'**impuissance** face aux violences subies, dû à l'emprise et la stratégie de l'agresseur. Les **cyberviolences peuvent renforcer cet impact**.

La **parole du professionnel ou de la professionnelle est fondamentale**. Elle a un fort impact sur la victime et sera **déterminante** pour la poursuite de ses **démarches**.

Il est très important de lui rappeler que sa démarche est **courageuse**, qu'elle n'est **pas seule**, et qu'il existe plusieurs dispositifs d'aide.

## Soutenir par la parole les démarches de la victime

Quelques exemples de phrases à dire et à éviter face aux violences révélées :

### À DIRE A LA VICTIME

- « Vous n'y êtes pour rien. »
- « L'agresseur est le seul responsable. »
- « La loi interdit et punit les violences. »
- « Les violences via les outils numériques sont aussi interdites et punies par la loi. »
- « Vous pouvez être aidée par des professionnelles ou professionnels »
- « Vous pouvez déposer plainte »

### À NE PAS DIRE

- « Pourquoi vous acceptez ça ? »
- « C'est un malade ! »
- « Vous vous rendez compte de ce qu'il vous fait subir ? »
- « Vous êtes restée avec cet homme pendant tout ce temps ! »
- « Pourquoi vous ne voulez pas partir ? »
- « Êtes-vous consciente que vous ne protégez pas vos enfants ? »
- « Pourquoi lui avoir donné vos mots de passe ? »
- « Il ne fallait pas envoyer de contenus compromettants et intimes ! »

La professionnelle ou le professionnel, dans ses réactions et réponses, doit **maintenir un climat d'écoute et de confiance**. Son **intervention doit aller à l'encontre des actions et de la stratégie de l'agresseur** afin de restaurer la confiance de

la victime en elle-même et mettre en valeur ses propres actions et choix. Le simple fait qu'il ou elle la soutienne peut aider à rompre l'emprise dans laquelle elle se trouve.



L'AGRESSEUR	LE PROFESSIONNEL OU LA PROFESSIONNELLE
Il isole la victime	Vous l'aidez et la prenez en charge dans votre domaine de compétence Vous la rassurez en lui indiquant <b>qu'un réseau de professionnelles et professionnels, d'associations</b> est là également <b>pour l'aider</b>
Il la coupe de son entourage amical, professionnel, familial	Vous l'aidez à <b>identifier les soutiens et relais</b> possibles dans son entourage amical, professionnel, familial
Il la surveille	Vous lui <b>proposez des conseils de protection, notamment numériques</b> , détaillés plus loin dans ce guide Vous lui signifiez <b>votre disponibilité pour une nouvelle rencontre</b>
Il la fait taire Il la persuade que personne ne la croira Il la considère comme sa propriété Il décide de tout	Vous <b>l'écoutez avec attention et respect</b> Vous <b>croyez ce qu'elle vous révèle et vous le lui dites</b> <b>Vous la laissez s'exprimer</b> <b>Vous l'aidez à formuler ses demandes d'aide</b> <b>Vous respectez ses choix et sa temporalité</b>
Il reporte systématiquement la responsabilité de ses actes sur sa victime Il se trouve des justifications à tout Il la culpabilise Il minimise voire nie les violences	Vous rappelez que : <b>la loi interdit et punit les violences au sein du couple</b> quelles que soient les explications et les circonstances, <b>rien ne justifie les violences</b> <b>le seul responsable des violences est l'agresseur</b> il est possible de sortir de la violence Vous <b>identifiez le comportement et paroles de l'agresseur comme des violences</b> et ne portez pas de jugement moral ou de valeur sur l'auteur Vous <b>évaluez le danger</b>

Les paroles de la victime vidéo « ANNA »	Suggestion de réponses de la professionnelle ou du professionnel
« On a eu des disputes pour des petits détails et ça a été la claque (...) c'était ridicule, enfin il y avait rien de sérieux dans nos disputes ».	« Vous savez que la violence sur autrui est interdite et sanctionnée par la loi, et que vous pouvez porter plainte au commissariat ».
« C'est lui qui a raison, c'est lui qui me connaît le mieux (...) j'ai l'impression qu'il a raison quand il me frappe ». « J'ai fait cramer les lasagnes ».	« Aujourd'hui vous pensez que vous êtes responsable de tout ça. Evidemment, ce n'est pas vous la coupable, mais bien votre agresseur ».
« Il a ses besoins, alors j'ai pas vraiment mon mot à dire ».	« Un rapport forcé, c'est un viol ».

Les paroles de la victime vidéo « ANNA »	Suggestion de réponses de la professionnelle ou du professionnel
<p>« Pourquoi les gens me croiraient... » « J'ai honte ».</p>	<p>« Je vous crois ». « Je vois à quel point vous êtes fine et courageuse ». « Beaucoup de femmes sont victimes de violences vous savez ».</p>
<p>« Je n'arrive pas à m'en sortir ».</p>	<p>« Ça va aller vous verrez, vous allez vous en sortir ». « On va trouver des pistes ensemble ». « Vous allez être prise en charge, vous allez vous occuper de vous ».</p>
<p>« Il était jaloux aussi bien de mes amis femmes et hommes, j'ai coupé les ponts avec tout le monde donc on se retrouve seule ».</p>	<p>« Le but c'est de sortir de l'isolement. De ne plus vous sentir isolée. Vous valez le coup vous savez ? » « Je vais vous donner l'adresse de l'association qui lutte contre les violences faites aux femmes dans votre quartier. On vous y parlera de vos droits, et vous pourrez discuter avec des femmes qui subissent la même chose que vous. » « Il y a des professionnelles et professionnels qui vont vous aider et vous accompagner ».</p>

#### Actions du professionnel ou de la professionnelle face aux violences révélées par la victime :

- Vous délivrez des messages rassurants et déculpabilisants pour la victime, allant à l'encontre de la stratégie de l'agresseur.
- Vous lui expliquez qu'elle n'est pas seule et que des dispositifs d'aide existent.

## ETAPE 5

# Evaluer les risques immédiats encourus pour la victime et les enfants co-victimes

L'**évaluation du danger** et des **risques immédiats** est essentielle pour toutes les victimes. Les **cyberviolences posent des risques supplémentaires** qui nécessitent des **actions adaptées**.

### Evaluer le danger immédiat

Les **informations données** par la victime et les questions complémentaires posées par le professionnel ou la professionnelle, permettent d'évaluer la **situation globale** de la victime et les **risques** encourus ainsi que d'apporter des **conseils de protection spécifiques**.

Il existe des **indicateurs à prendre en compte dans l'évaluation du danger** (il s'agit d'une liste non exhaustive, et tous les signaux qui alertent doivent être pris en compte) :

- le **risque de représailles et de féminicide**, avec la **gravité des (cyber)violences commises et leur fréquence** (renforcées par le numérique) : coups et blessures, présence d'arme au domicile, agressions sexuelles et viol, menaces de morts, violences avec armes, etc.
- les **risques suicidaires de la victime** : antécédents de tentatives de suicide, présence d'idées suicidaires, l'isolement de la victime
- les **risques socioprofessionnels** : accident du travail, de la voie publique dû à l'état de la victime et de ses conduites à risques
- les **antécédents judiciaires et psychiatriques de l'agresseur** : historique de violences, délits ou crimes, condamnations passées, respect ou non des décisions de la justice, évaluations psychologiques

**! Point de vigilance** : Il est important de garder à l'esprit que les deux moments de **risque d'apparition** ou **d'aggravation** des **(cyber)violences** au sein du couple sont la **grossesse** et la **rupture du couple** avec le processus de séparation.

### Identifier les risques spécifiques liés à la cybersurveillance

Lors des **échanges**, le professionnel ou la professionnelle apporte une **attention** particulière aux **situations de cybersurveillance** dont la victime peut faire mention car elles présentent un **danger** et des **risques** potentiels **immédiats**.

**! Point de vigilance** : La **cybersurveillance** engendre des **risques** et un **danger immédiat** puisque **l'auteur** est potentiellement au **courant des démarches entreprises**, de la **localisation de la victime**, et de **l'entretien en cours** entre la victime et la professionnelle ou le professionnel.

La **cybersurveillance** peut être de deux types : **imposée** ou **utilisée à l'insu** de la victime.

- La **cybersurveillance imposée** est plus facilement repérable puisque la victime est au courant de l'ensemble des agissements visant à la surveiller (l'obligation de partage des mots de passe et codes, géolocalisation imposée, etc.).
- La **cybersurveillance à l'insu** de la victime est plus difficilement repérable. La victime mentionnera plutôt le **sentiment d'être surveillée** par son (ex) partenaire. Si celui-ci connaît des informations que la victime n'a pas partagées avec lui, comme des déplacements ou des conversations privées avec une tierce personne. Cela peut être rendu possible par exemple via des logiciels espions qui peuvent être cachés dans le téléphone ou ordinateur de la victime.

Les **dispositifs de surveillance** sont aujourd'hui **nombreux** et facilement **accessibles**. Les cyberviolences au sein du couple étant encore trop méconnues, le récit de la victime peut paraître en décalage avec les représentations générales sur les violences au sein du couple, voire même exagérées, notamment si la victime explique par exemple être

surveillée via un logiciel espion ou un traceur gps. Toutefois **ces éléments doivent être considérés comme des signaux de situation de danger.**

En cas de cybersurveillance, il faut donc agir avec **précaution** quant aux **informations partagées lors de l'entretien**. La présence d'un logiciel espion par exemple peut non seulement permettre la **géolocalisation** mais également **l'écoute** de la conversation. Il est possible que l'échange, entre le professionnel ou la professionnelle et la victime, ne soit alors plus confidentiel et la mette davantage en danger.

Le professionnel ou la professionnelle propose alors plusieurs **actions directes** à la victime, pour **sécuriser la situation**. Elles sont à **appliquer avec son accord** et selon ce qui lui semble le plus **adapté à sa situation**.

#### Mesures spécifiques à proposer à la victime en cas de cybersurveillance :

- **Eviter de mentionner à l'oral** les prochaines étapes et démarches à effectuer par la victime, ainsi que toute information personnelle, en privilégiant la communication par le biais de l'écrit, tout en s'assurant que la victime est en capacité de le comprendre, notamment pour les personnes mal-voyantes ou ne maîtrisant pas le français écrit.
- **Proposer à la victime de mettre le téléphone dans une autre pièce** pour que la conversation ne soit plus entendue et redevienne confidentielle.
  - Risques à expliquer : risque de représailles et d'aggravation des violences si l'agresseur n'arrive pas à joindre la victime.
- **Proposer à la victime d'éteindre son téléphone**, pour couper la géolocalisation et l'enregistrement possible des conversations.
  - Risques à expliquer : risque de représailles et d'aggravation des violences si l'agresseur n'arrive pas à joindre la victime.

Ces **mesures** servent à **limiter les risques immédiats** et **sécuriser l'entretien**. D'autres actions sont à mettre en place dans un **second temps** par la victime pour sécuriser de manière globale ses appareils numériques en suivant la suite des conseils de ce guide.

#### Zoom sur...

##### Les logiciels espions et applications \* de surveillance

Les **logiciels espions** et autres **dispositifs de surveillance** permettent de **surveiller à distance** les **activités**, les **communications** et les **déplacements** d'une personne : appels, messages, photos, vidéos, localisation, utilisation des applications, etc.

Les logiciels espions installés sur un téléphone ou un ordinateur sont **difficilement détectables**. Leur **icône peut ne pas apparaître** sur l'écran ou prendre la forme d'applications classiques comme celle d'une calculette ou dictaphone. Leur installation à l'insu les rend **illégaux**, mais ils peuvent être **facilement achetés en ligne**. Pour les installer, l'agresseur a besoin d'**avoir accès au téléphone de la victime**, soit directement, soit via le compte *Cloud*\* relié à ce téléphone.

Les **applications de surveillance légales**, comme celles de surveillance parentale, peuvent être **utilisées pour surveiller la victime**. Il est facile de les repérer sur le téléphone car l'icône de l'application va apparaître dans la liste des applications installées.

Les **principaux anti-virus détectent ces logiciels**.

#### → Ressources complémentaires

**Kit d'action** contre les cyberviolences conjugales du Centre Hubertine Auclert :

- La fiche « Construire une stratégie de protection numérique »
- La fiche « Sécuriser son téléphone/sa tablette »
- La fiche « Sécuriser son ordinateur »
- La fiche « Se protéger des logiciels espions et d'autres dispositifs de surveillance » (**Kit d'action** contre les cyberviolences conjugales) du Centre Hubertine Auclert



#### Point de vigilance :

- Si un **logiciel espion est détecté, attention à la suppression immédiate** car l'**agresseur** pourrait en être averti par une **notification**, ce qui peut augmenter le risque de représailles.
- **Mentionner automatiquement à la victime** la possibilité de la présence d'un **logiciel espion** peut être **anxiogène**. Il est recommandé de le mentionner seulement si la victime déclare un sentiment de cybersurveillance.

## Délivrer des conseils généraux de protection en cas de danger

Si le **danger de représailles est important**, notamment au **retour du domicile**, pour la **victime** et pour les **enfants**, la professionnelle ou le professionnel oriente vers les dispositifs de protection.

Plusieurs **dispositifs de protection adaptés** peuvent être sollicités en fonction de la situation :

- **Orienter vers la police ou la gendarmerie** : appeler le 17 ou envoyer un sms au 114 (pour les personnes sourdes et malentendantes), conseiller de porter plainte et de demander des mesures de protection d'urgence.
- **Ordonnance de protection** : permet au juge ou à la juge aux affaires familiales d'accorder rapidement la protection de victimes de violences conjugales ou intrafamiliales (sans dépôt de plainte).
- **Téléphone Grave Danger** : un dispositif de protection pour les victimes de violences conjugales en situation de très grave danger, avec un téléphone spécial permettant d'alerter directement les forces de l'ordre en cas de danger. Il est attribué sur la décision du procureur ou de la procureure de la République, après évaluation du danger.
- **Mise en sécurité grâce à un hébergement d'urgence** : via l'appel du 115 en mentionnant la situation des violences conjugales
- **Orientation vers une association spécialisée proposant une mise en sécurité** : via l'appel au 3919 ou la consultation du site [arretonslesviolences.gouv.fr](https://www.arretonslesviolences.gouv.fr)

---

### → Ressource complémentaire

Le **kit pédagogique** « Protections juridiques : Ordonnance de protection » de la Miprof sur [arretonslesviolences.gouv.fr](https://www.arretonslesviolences.gouv.fr)

---

### Actions du professionnel ou de la professionnelle :

- Vous évaluez le danger, en prenant en compte les antécédents, la peur et les menaces déjà reçues par la victime.
- En cas de cybersurveillance déclarée par la victime, vous sécurisez l'entretien de manière spécifique.
- Vous orientez vers des dispositifs de protection d'urgence (pour anticiper le danger du retour au domicile, etc.).

## ETAPE 6

# Apporter une solution dans son domaine de compétence

La **professionnelle ou le professionnel aide la victime** en agissant à son niveau, dans son domaine de compétences pour proposer à la victime un accompagnement psychologique, juridique, médical, etc. adapté.

Chaque professionnelle ou professionnel doit **délivrer à la victime une attestation ou un certificat** (selon son champ de compétences) en décrivant ce que la victime a déclaré sur son **vécu**, les **violences subies** et leurs **conséquences**. Ces attestations ou certificats sont importants puisqu'ils peuvent être utiles **dans d'autres démarches** entreprises par la victime, comme le dépôt de plainte ou la sollicitation des dispositifs de protection mentionnés plus haut.

## → Ressource complémentaire

Des modèles de certificats médicaux et attestations « **Les écrits professionnels** » de la Miprof pour les médecins, sages-femmes, dentistes, kinésithérapeutes, infirmiers/infirmières, professions du travail social, pédicure-podologues, osthéopathes...

**Au-delà de son champ de compétences, il est important que chaque professionnel ou professionnelle identifie, en amont, le réseau d'autres professionnels et professionnelles et associations** pouvant accompagner et aider la victime dans des démarches complémentaires.

**MODELE DE CERTIFICAT MEDICAL INITIAL EN CAS DE VIOLENCES SUR PERSONNE MAJEURE**  
Sur demande de la personne et remis en main propre  
Un double doit être conservé par le médecin

Je certifie avoir examiné le (date en toutes lettres) : \_\_\_\_\_ à \_\_\_\_\_  
heure \_\_\_\_\_, à \_\_\_\_\_ (Lieu : cabinet, service hospitalier, domicile, autre)

Une personne qui me dit s'appeler Madame ou Monsieur ( nom – prénom ) \_\_\_\_\_

- date de naissance (en toutes lettres) : \_\_\_\_\_

**FAITS OU COMMEMORATIFS:**  
La personne déclare « avoir été victime le \_\_\_\_\_ (date), à \_\_\_\_\_ (heure) \_\_\_\_\_ à \_\_\_\_\_ (lieu),  
de \_\_\_\_\_ ».

**DOLEANCES EXPRIMEES PAR LA PERSONNE :**  
Elle dit se plaindre de « \_\_\_\_\_ »

**ETAT ANTERIEUR** (éléments antérieurs susceptibles d'être en relation avec les faits exposés )  
\_\_\_\_\_

**EXAMEN CLINIQUE :** (description précise des lésions, siège et caractéristiques sans préjuger de l'origine)  
- sur le plan physique :  
- sur le plan psychique :  
- état gravidique et âge de la grossesse (le cas échéant) :  
Joindre photographies éventuelles prises par le médecin, datées, signées et tamponnées au verso.

**INCAPACITÉ TOTALE DE TRAVAIL**  
L'attribution de l'ITT est facultative. L'ITT pour les lésions physiques et pour le retentissement psychologique est établie  
sur la base des lésions physiques et du retentissement psychologique décrits dans les rubriques ci-  
\_\_\_\_\_ de la gêne notable dans les activités quotidiennes (travailler, jouer (pour



## ETAPE 7

# Orienter les victimes vers des dispositifs d'aide complémentaires

Au-delà de l'action dans son domaine de compétences, **chaque professionnelle ou professionnel peut accompagner la victime dans la poursuite des démarches** :

1. **en l'orientant vers le réseau de professionnelles et professionnels et associations spécialisées** pour une prise en charge pluriprofessionnelle
2. **en l'informant sur les preuves et les documents qui peuvent être collectés** sur les (cyber)violences au sein du couple pour l'aider dans ses démarches
3. **en l'orientant vers des ressources spécialisées sur la protection numérique** en cas de cyberviolences

## 1. Orienter vers le réseau d'accompagnement pluriprofessionnel :

Il est indispensable que les femmes **victimes de (cyber)violences** bénéficient d'un **accompagnement pluriprofessionnel** : social, psychologique, juridique, etc., qui aidera la victime à faire valoir ses droits, à se libérer de l'emprise et à planifier la séparation.

Le réseau d'accompagnement pluriprofessionnel agissant de concert constitue une chaîne d'accompagnement et de lutte contre les (cyber) violences faites aux femmes.

Les **services de police et de gendarmerie** doivent recevoir la plainte de la victime et diligenter une enquête sous l'autorité du procureur ou de la procureure de la République. Ils ou elles procèdent à l'audition détaillée de la victime. Ils ou elles l'orientent vers les partenaires institutionnels et/ou associatifs (que la victime peut solliciter sans dépôt de plainte également) assurant une **prise en charge psycho-sociale, médicale et juridique**.

Au sein de certains commissariats/gendarmeries, il existe des intervenantes sociales ou intervenants sociaux, des psychologues, des permanences d'associations spécialisées dans la lutte contre les violences faites aux femmes.

Certains barreaux établissent des **listes d'avocates et avocats spécialisés** dans les contentieux liés aux violences faites aux femmes.

Présents sur tout le territoire également, les **services sociaux** et en particulier des **travailleurs sociaux et travailleuses sociales**, jouent un rôle fondamental dans l'accompagnement social des victimes.

Les **associations locales spécialisées** dans **l'accompagnement des femmes victimes de violences** (et celles d'**aide aux victimes**), accompagnent dans les démarches et peuvent proposer une place d'hébergement spécialisé.

**Concernant les cyberviolences**, il existe aussi des **associations** qui peuvent assister les victimes dans la mise en place d'une **protection numérique durable**, en fonction de chaque situation.

## Des numéros d'écoute et des dispositifs spécialisés :

**Violences Femmes Info** numéro national **3919** (7j/7 H24) : écoute, conseils, informations et orientation vers des associations spécialisées locales et nationales

Le site [arretonslesviolences.gouv.fr](https://arretonslesviolences.gouv.fr) la rubrique « je suis professionnel » comporte des informations et des outils pour accompagner les femmes victimes de violences, la rubrique « trouver une association » les coordonnées des associations nationales et locales et la rubrique « signaler une violence en ligne » le lien direct vers la plateforme de discussion et de signalement avec des forces de sécurité intérieure formée (PNAV – ministère Intérieur)

**La PNAV** : plateforme numérique des signalements et d'accompagnement des victimes ; 7j/7,H24, permet d'échanger sur sa situation, d'être orienté pour un dépôt de plainte, etc. : [arretonslesviolences.gouv.fr](https://arretonslesviolences.gouv.fr)

**En avant toute(s)** : tchat anonyme à destination des jeunes femmes (16-25 ans) victimes de violences : <https://commentonsaime.fr> (du lundi au jeudi de 10h à 00h et du vendredi au samedi de 10h à 21h)

**e-Enfance** - numéro **3018** (7j/7 de 9h à 23h) : tchat et ligne d'écoute anonyme pour les jeunes victimes de violences numériques, notamment pour le retrait de contenus en ligne

**FDFA** - **01 40 47 06 06** (du lundi au jeudi de 10h à 13h et le lundi après-midi de 14h30 à 17h30) : ligne d'écoute anonyme pour les femmes en situation de handicap

## 2. Procurer des conseils sur la collecte des preuves :

Dans le cadre du dépôt de plainte de la victime ou de la sollicitation de dispositifs de protection, le **numérique peut aider la victime à constituer des preuves**.

Diverses **preuves** peuvent être collectées et constituer le dossier de la victime comme des **attestations de professionnelles et professionnels**, des **témoignages**, des **lettres manuscrites**, des

**certificats médicaux** des professionnelles et professionnels de santé. Ces documents sont à **sauvegarder en sécurité** ou à garder par le professionnel ou la professionnelle qui les remettra à la victime le moment voulu. Il est essentiel de s'assurer que la victime dispose d'un **endroit sécurisé** (dans une association, chez des proches, etc.) pour conserver ces documents.

### Des preuves numériques pour aider les victimes à faire valoir leurs droits

Les **cyberviolences** laissent souvent des **traces** qui peuvent servir de **preuves** pour aider les victimes à faire valoir leurs droits (par exemple, des captures d'écran de messages). Cela est particulièrement valable pour les **violences psychologiques**, dont les preuves sont souvent difficiles à matérialiser.



#### Point de vigilance :

Si la victime a un sentiment de **cyber-surveillance** et que l'agresseur peut accéder à son téléphone, ces **démarches doivent être réalisées** uniquement quand elle est en **sécurité**.

Pour aider la victime à faire **valoir ses droits**, le professionnel ou la professionnelle peut lui conseiller de :

- **Rassembler les preuves numériques** : Ces preuves numériques peuvent prendre plusieurs formes et permettent de documenter les actions de l'agresseur via les outils numériques. Il peut s'agir du journal des appels téléphoniques, des relevés d'appels téléphoniques sur les factures, des messages vocaux, des SMS, des mails, des publications sur les réseaux sociaux, des photos ou vidéos reçues, des enregistrements vocaux reçus, etc.
- **Les conserver en lieu sûr** : Il est essentiel que l'agresseur n'ait pas accès à ces preuves pour éviter toute répercussion sur la victime et destruction des preuves. Elles peuvent être stockées sur clé usb ou disque dur externe avec un mot de passe confidentiel et renforcé.
- **Faire constater ces preuves** par un huissier ou une huissière de justice.

Le professionnel ou la professionnelle peut aussi conseiller à la victime de tenir un « **journal** » **rassemblant l'ensemble des informations sur les (cyber)violences** (date, lieu, témoins, forme de violences, preuves) et de le conserver en lieu sûr : comme par exemple sur l'application « **Mémo de Vie** ».

Ces **preuves** peuvent aussi être **collectées à partir du téléphone des enfants**, en cas de **cyberviolences via les enfants**.

→ **Ressource complémentaire**

Fiche « Aider les victimes à faire valoir leurs droits » (**Kit d'action contre les cyberviolences conjugales**) du Centre Hubertine Auclert

### 3. Avertir sur l'importance de la stratégie de protection numérique globale :

Le professionnel ou la professionnelle explique à la victime l'importance de **réfléchir** sur la **stratégie de protection numérique globale**, pour **elle-même** et ses **enfants**, pour avoir des **espaces et outils numériques sécurisés** auxquels l'agresseur ne peut pas accéder.

L'objectif pour le professionnel ou la professionnelle est de faire prendre conscience de **l'importance de cette démarche** à la victime et **l'orienter vers les ressources d'aide** spécialisées sur la sécurisation numérique.

La **stratégie de protection numérique globale** :

- **Sécuriser les appareils numériques**, pour que l'agresseur n'y ait plus accès : téléphone, ordinateur, tablette, système de géolocalisation
- **Sécuriser les données personnelles** : navigation internet, mails, réseaux sociaux, comptes bancaires, localisation, documents, conversations, informations administratives et économiques...



**Point de vigilance :**

Pendant l'entretien, tout paramétrage fait sur un appareil auquel l'agresseur a potentiellement eu l'accès, peut le mettre en alerte et donc mettre en danger la victime. **Il est important de le faire quand la victime est en sécurité.**

Si la victime est encore en **cohabitation** avec l'agresseur, elle peut par exemple se **procurer un deuxième téléphone sécurisé pour communiquer avec les professionnelles et professionnels** (si elle se sent prête et si cela ne la met pas en danger).

Pour faciliter les démarches, il est utile que la **victime soit accompagnée par des associations ou des professionnelles et professionnels spécialisés sur la protection numérique.**

→ **Ressources complémentaires**

**Kit d'action** contre les cyberviolences conjugales du Centre Hubertine Auclert :

- Fiche « Construire une stratégie de protection numérique »
- Fiche « Sécuriser son téléphone/sa tablette »
- Fiche « Sécuriser son ordinateur »
- Le **guide en ligne** pour des conseils techniques « Je protège ma vie privée en ligne » du Centre Hubertine Auclert
- Fiche pratique « Que faire en cas de diffusion de contenus intimes en ligne ? » du Centre Hubertine Auclert

**Actions du professionnel ou de la professionnelle :**

- Vous l'orientez vers le réseau de professionnelles et professionnels, d'associations spécialisées pour une prise en charge pluriprofessionnelle.
- Vous l'informez quant aux preuves et documents qui peuvent être collectés sur les (cyber)violences au sein du couple pour l'aider dans ses démarches.
- Vous l'orientez en cas de cyberviolences, vers des ressources spécialisées sur la protection numérique.

## ETAPE 8

# Signifier votre disponibilité et fixer un nouveau rendez-vous en sécurisant les échanges

### Sécuriser la communication et documents échangés

Le professionnel ou la professionnelle doit **identifier avec la victime les moyens de communication les plus « sûrs » et sécurisés pour échanger**, suivant sa **situation** et les **cyberviolences** qu'elle subit.

Les moyens de communication suivants peuvent être envisagés :

- téléphone non connu de l'agresseur
- téléphone d'une tierce personne de confiance
- messagerie sécurisée
- mail confidentiel avec un mot de passe de haute sécurité.

Le ou les moyens de communication sélectionnés doivent être **choisis en accord avec la victime**.



#### Point de vigilance :

La sécurisation des communications doit également concerner le **partage de documents remis par le professionnel ou la professionnelle** et la **prise de rendez-vous**.

### Sécuriser les prochains rendez-vous

Le **prochain rendez-vous** doit être **sécurisé** en amont **en adoptant les mesures de protection numérique définies** avec la victime, notamment en cas de sentiment de cybersurveillance (comme par exemple le fait de laisser le téléphone ailleurs pendant le rendez-vous).

Il est recommandé de **noter ces informations** (moyens de communication, mesures de protection numérique, etc.) sur une **fiche propre à chaque victime**.

Si le professionnel ou la professionnelle doit revoir la victime, ces **modalités sont à réadapter à chaque entrevue en fonction de l'évolution de la situation**.

#### Actions du professionnel ou de la professionnelle :

- Vous fixez un prochain rendez-vous par des moyens de communication sécurisés.
- Vous sécurisez le prochain entretien en cas de risque de cybersurveillance (téléphone éteint ou placé dans une autre pièce etc.) et réévaluez la situation à chaque rencontre.
- Vous choisissez ces mesures avec la victime selon ce qui lui semble le plus adapté à sa situation.

# GLOSSAIRE

## DES TERMES LIÉS AU NUMÉRIQUE

**Application** : Programme installé sur un appareil mobile, smartphone, tablette ou ordinateur qui permet de réaliser une tâche ou un ensemble de tâches, par exemple envoyer des messages ou prendre et enregistrer des photos.

**Cloud** : Système de stockage des données sur internet, en dehors de l'appareil. Un mot de passe est nécessaire pour accéder à ces données personnelles en ligne. Un accès est possible depuis plusieurs outils numériques connectés à internet. L'accès au Cloud par une personne tierce qui se procure le mot de passe lui permet de consulter toutes les données personnes stockées (photos, mails, etc.).

**Deepfake** : Enregistrement audio ou vidéo réalisé ou modifié grâce à l'intelligence artificielle, comme la superposition de visages de femmes sur des vidéos à caractère sexuel. La qualité de la superposition de l'image laisse penser qu'il s'agit d'un enregistrement authentique. Ils peuvent être utilisés pour humilier et nuire.

**Géolocalisation** : Technologie permettant de déterminer la localisation d'un objet ou d'une personne avec une certaine précision. La technologie s'appuie sur le système GPS (géopositionnement par satellite) ou sur les interfaces de communication d'un téléphone mobile. Certaines applications s'appuient sur ce système pour permettre à leurs utilisatrices et utilisateurs de partager leur localisation en temps réel.

**GPS** : Géopositionnement par satellite (GPS) permettant la localisation spatiale précise d'un appareil numérique, et par extension, de la possible localisation spatiale de la personne qui le possède.

**Logiciel espion, de surveillance, ou mouchard** : Logiciel malveillant installé dans un ordinateur ou appareil mobile à l'insu de son propriétaire ou de manière imposée, dans le but d'exercer une surveillance et de transférer des informations vers l'appareil de la personne qui l'a installé. Certains logiciels de surveillance utilisés dans le cadre d'un contrôle parental peuvent être détournés pour espionner.

**Pornodivulgation** : Photographies ou vidéos à caractère explicitement sexuel publiées ou partagées sur internet sans le consentement de la personne concernée. Généralement publié par un ou une ex-partenaire, ce contenu a pour vocation première d'humilier la personne concernée, souvent après une rupture (aussi appelé « revenge porn »).

**Réseau social** : Application en ligne qui permet de partager avec d'autres personnes (cercles restreints ou très larges) des informations, photos et vidéos ou documents, en créant un compte. Ex : Facebook, Instagram, Messenger, WhatsApp, Snapchat, Skype, Telegram, BeReal, TikTok.

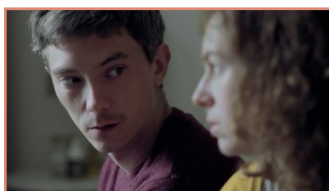
**Tracker ou traceur GPS** : Petit boîtier composé d'un récepteur GPS (géopositionnement) et d'un émetteur GSM (Global System for Mobile Communication). Il reçoit les informations de la localisation d'une personne qui a le traceur avec elle et les transmet à la personne qui l'a installé. Il transmet la localisation géographique de sa position en temps réel. Il est de petite taille et peut être imposé à la victime ou placé à son insu dans une voiture ou sur des objets du quotidien (portemanteau, jouets, etc.) pour l'espionner.

# ANNEXES

## Ressources complémentaires de la Miprof à retrouver sur [arretonslesviolences.gov.fr](https://arretonslesviolences.gov.fr)



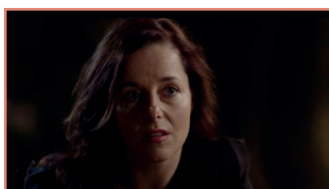
- Kit pédagogique sur les violences au sein du couple « **Anna** », disponible sur [arretonslesviolences.gov.fr](https://arretonslesviolences.gov.fr)



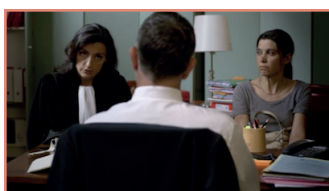
- Kit pédagogique sur les conséquences des violences au sein du couple sur les enfants « **Tom et Léna** », disponible sur [arretonslesviolences.gov.fr](https://arretonslesviolences.gov.fr)



- Lettre n° 19 de l'Observatoire national des violences faites aux femmes (données 2022), disponible sur [arretonslesviolences.gov.fr](https://arretonslesviolences.gov.fr)



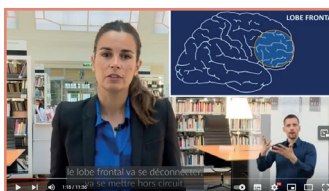
- Kit pédagogique sur les violences sexuelles « **Elisa** », disponible sur [arretonslesviolences.gov.fr](https://arretonslesviolences.gov.fr)



- Kit pédagogique sur les protections juridiques « **Ordonnance de protection** », disponible sur [arretonslesviolences.gov.fr](https://arretonslesviolences.gov.fr)



- **Les clips pédagogiques « Parole d'experte » : Les différences entre conflit et violences (4 min) et Les mécanismes des violences au sein du couple (6 min 30)**  
Ernestine RONAI, Responsable de l'Observatoire des violences envers les femmes du Conseil départemental de la Seine-Saint-Denis, disponibles sur [arretonslesviolences.gov.fr](https://arretonslesviolences.gov.fr)



- **Le clip pédagogique « Parole d'experte » : Que se passe-t-il pour la victime pendant et après les violences : les impacts du stress aigu et du stress chronique ? (11 min)**  
Carole AZUAR, Neurologue et chercheuse en neurosciences, CHU de la Salpêtrière et Institut de la mémoire, disponibles sur [arretonslesviolences.gov.fr](https://arretonslesviolences.gov.fr)





● Le clip pédagogique « Parole d'experte » :  
 « Les conséquences psycho-traumatiques des violences : la sidération, la dissociation, la mémoire traumatique » (12 min42)  
 Muriel SALMONA, psychiatre spécialisée en traumatologie et victimologie, disponibles sur [arretonslesviolences.gouv.fr](http://arretonslesviolences.gouv.fr)



● Le clip pédagogique « Parole d'expert »  
 « L'impact des violences au sein du couple sur les enfants » (12 min) Edouard Durand Magistrate, disponibles sur [arretonslesviolences.gouv.fr](http://arretonslesviolences.gouv.fr)



● Des modèles de certificats médicaux et attestations « Les écrits professionnels » de la Miprof disponible sur [arretonslesviolences.gouv.fr](http://arretonslesviolences.gouv.fr)



● clip vidéo – cyberharcèlement – 30s.

## Ressources complémentaires du Centre Hubertine Auclert, disponible sur [www.centre-hubertine-auclert.fr](http://www.centre-hubertine-auclert.fr)



● Affiche contre les cyberviolences conjugales

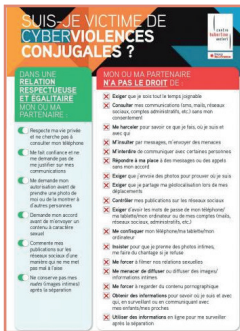


● Kit d'action contre les violences conjugales

- Fiche technique « Outils d'aide au repérage »
- Fiche technique « Aider les victimes à faire valoir leurs droits »
- Fiche technique « Construire une stratégie de protection numérique »
- Fiche technique « Sécurisation son téléphone/sa tablette »
- Fiche technique « Sécuriser son ordinateur »
- Fiche technique « Se protéger des logiciels espions et d'autres dispositifs de surveillance »



Fiche juridique « Que dit la loi face aux cyberviolences conjugales ? »



Outil d'auto-évaluation « Suis-je victime des cyberviolences conjugales ? »

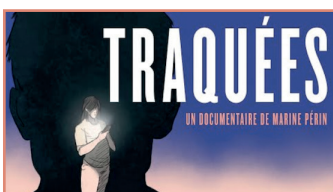


Fiche pratique « Que faire en cas de diffusion de contenus intimes en ligne ? »



Guide en ligne pour des conseils techniques « Je protège ma vie privée en ligne »

Liste des ressources supplémentaires :



Documentaire Traquée - Les cyberviolences conjugales réalisé par Marine Perrin (2020)

Ce guide a été élaboré par la Mission interministérielle pour la protection des femmes contre les violences et la lutte contre la traite des êtres humains (Miprof) et l'Observatoire Régional des Violences faites aux Femmes d'Ile-de-France (ORVF) du Centre Hubertine Auclert.

Rédactrices : **Inès Girard**, chargée de mission cyberviolences sexistes et sexuelles à l'Observatoire Régional des Violences faites aux Femmes d'Ile-de-France du Centre Hubertine Auclert ; **Iman Karzabi**, responsable de l'Observatoire Régional des Violences faites aux Femmes d'Ile-de-France du Centre Hubertine Auclert et **Anaïs Vermeille**, conseillère technique à la Miprof.

La 1<sup>ère</sup> partie du guide s'inspire du socle commun de connaissances développé par la Miprof dans le guide d'accompagnement du court-métrage « ANNA » qui a été piloté et rédigé par François Barastier, Annie Garcia et Ernestine Ronai avec les expertises d'Alexandre Duguet, Gilles Lazimi, Gérard Lopez, Emmanuelle Piet et Muriel Salmona. Cette dernière a repris et complété les chapitres sur les conséquences sur la victime et les enfants co-victimes en intégrant les (cyber)violences au sein du couple.

Remerciements à Laure Sabatier, stagiaire à la Miprof, pour sa participation, à Ernestine Ronai et Abigaïl Vacher pour leur relecture.

Édition : Mission interministérielle pour la protection des femmes contre les violences et la lutte contre la traite des êtres humains (Miprof) sous la direction de Roxana Maracineanu, secrétaire générale.

Mise en page : Dicom des ministères sociaux  
2024

