

LES VIOLENCES SEXUELLES

Tout ce qu'il y a à savoir

Par Tova Bach, Charlotte Leo, Marthe Dolphin
et Louison Fourment

Sommaire

Introduction

Page 2

I. Le consentement, qu'est-ce que c'est ?

1. Le b.a.-ba

Page 3

2. La culture du viol

Page 4

3. La zone grise

Page 5

II. L'impact des violences sexuelles sur les vies

1. Les conséquences directes sur la victime

Page 6

2. En tant que proche, comment aider ?

Page 8

3. Comment porter plainte ?

Page 9

III. Pour aller plus loin

1. Numéros et adresses utiles

Page 11

2. Ressources culturelles

Page 12



Introduction

250 000 personnes se déclarent victimes de viol ou de tentative de viol en France chaque année. Et c'est sans compter les autres agressions sexuelles. Nombreu.se.x sont celles et ceux qui n'osent pas en parler, ou encore ne savent pas quoi faire une fois forcé.e.s à regarder cette réalité en face.

Nous voulons **redonner le pouvoir à ces personnes**, leur signifier qu'elles peuvent dire non, et le cas échéant leur donner toutes les clefs nécessaires pour se reconstruire et aller mieux.

Les agressions sexuelles ne sont **pas une fatalité**, il n'est pas impossible de changer la donne. L'éducation est le pilier nécessaire à ces changements, et l'accès à ces informations est vital pour que les choses évoluent. C'est ce que nous tentons de faire avec cette campagne de prévention, cette brochure, et notre association Oser Dire Non.

I. 1. Le b.a -ba du consentement

Le **consentement sexuel** désigne l'accord que les personnes se donnent mutuellement pour qu'une activité sexuelle ait lieu entre elles.

Dès qu'une personne exprime son refus par des paroles ou des gestes, son partenaire doit **cesser immédiatement** l'activité sexuelle en question. Si son partenaire continue malgré le refus ainsi exprimé, il commet une agression sexuelle.

.....

Comment faire pour savoir si ta/ton partenaire est consentant.e ?

- Tu peux tout simplement lui demander.
- Écoute ce qu'elle/il te dit, sinon il n'y a pas de consentement.
- Elle/il peut dire oui, non, changer d'avis, ne pas savoir : **c'est son droit**. A toi de respecter ses choix.

Si le **dialogue** et l'**écoute** sont nécessaires, la négociation et le chantage, eux, n'ont rien à faire dans les relations sexuelles et amoureuses.

Tu as envie de faire certaines choses mais pas d'aller jusqu'au bout ? Tu n'es pas sûr.e que ça te plaise finalement ? Tu peux essayer et t'arrêter **quand tu le veux**. Tu dois t'arrêter dès que ta/ton partenaire le souhaite. Et c'est réciproque !

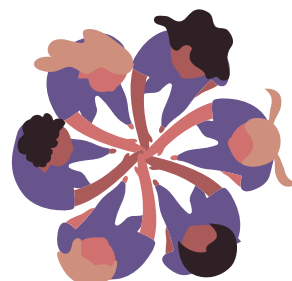
.....

Pas de consentement possible quand...

Des circonstances particulières peuvent rendre incapable de consentir à une activité sexuelle :

- Si ta/ton partenaire a consommé trop d'**alcool** ou d'**autres drogues**, de son plein gré ou à son insu, et qu'elle/il n'a plus conscience de ses actes.
- Si ta/ton partenaire **dort** ou est **inconscient.e**.
- Si ta/ton partenaire souffre d'une **maladie mentale** ou d'une **déficiência intellectuelle** qui l'empêche de comprendre et d'adhérer à ces actes.

Il s'agit alors **toujours** d'une atteinte sexuelle ou d'un viol.



I. 2. La culture du viol

La culture du viol est un concept sociologique qui décrit un environnement où les comportements et les attitudes, qui **normalisent voire encouragent le viol**, sont banalisés. Parmi eux, on retrouve le slut-shaming (rabaïsser une femme pour ses activités sexuelles), l'objectification, le blâme des victimes... C'est une des manifestations de la misogynie de notre société.

"En même temps, les hommes en ont plus besoin, c'est dans leur nature."

Hommes et femmes ont les mêmes envies sexuelles, mais on encourage plus les hommes à exprimer les leurs. Quand bien même ils en auraient plus besoin, cela ne justifie absolument pas le fait de forcer quelqu'un à avoir des rapports, à ne pas respecter le consentement.

"Tu as vu comme tu étais habillée aussi ?"

Les vêtements que l'on porte n'ont pas d'incidence sur les agressions sexuelles. Une jupe courte ne servira jamais d'excuse à une agression sexuelle, c'est uniquement la faute de l'agresseur qui ne respecte pas le consentement, pas la tienne.

"Quand elle dit non, en vrai elle veut dire oui."

Non, c'est non. Si une personne ne dit pas oui clairement, alors elle ne veut pas d'un rapport, il n'y a pas à interpréter ses paroles. De plus, si quelqu'un n'est pas en capacité de témoigner de son désaccord car inconscient ou saoul, cela ne veut pas dire qu'il est pour ! Demandez et respectez l'avis de votre partenaire.

I. 3. La zone grise

La "zone grise" ce sont toutes les **pressions**, **hésitations** et **zones de flou** qui peuvent entourer une personne et brouiller la validité de son consentement. C'est la difficulté qu'il y a parfois à dire non. Et cette "zone" fait partie de la culture du viol.

Quelques exemples :

- Si une personne ne te plaît pas mais que tu n'oses pas lui dire.
- Si tu as l'habitude d'avoir des relations sexuelles avec quelqu'un mais que cette fois-ci tu n'en as pas envie.
- Si tu es allé jusque chez la personne mais qu'au dernier moment tu ne veux plus.
- Si tu changes d'avis alors que vous avez déjà commencé.
- Si tu veux faire plaisir à ta/ton partenaire mais que tu n'en as pas vraiment envie.

Ce sont toutes ces fois où **tu ne te sens pas vraiment forcé.e mais que tu n'en avais pas forcément envie non plus**. Sache qu'il n'y a aucun mal à dire non. C'est ton droit de ne pas vouloir d'un rapport sexuel. Tu ne fais de tort à personne ! Si on te dit l'inverse c'est qu'on te met la pression et ça n'a rien à faire dans une relation.

Zoom sur les hommes cisgenres

Les hommes aussi peuvent être victimes d'agressions sexuelles, cela ne concerne pas que les femmes.

On retrouve de nombreux cas de violences envers la gent masculine perpétrés tout aussi bien par des hommes que par des femmes.

Les hommes aussi peuvent être des victimes, et il faut briser ce tabou qui invalide leur ressenti et surtout leurs traumatismes.

La masculinité toxique bride cette libération de la parole, mais c'est quelque chose de dépassable.

Le traumatisme des hommes par rapport à un tel événement, est le même que celui des femmes. Il faut se rappeler qu'**il est valide**.

La "zone grise" c'est ça aussi.

II. 1. Les conséquences directes sur la victime

Les mécanismes psychotraumatiques

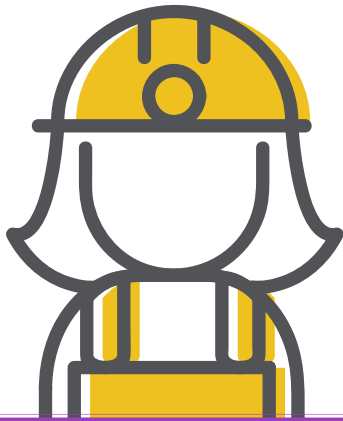
Les traumatismes qui sont susceptibles d'être à l'origine des mécanismes psychotraumatiques suivants sont ceux qui vont menacer l'intégrité physique ou psychique, c'est-à-dire des situations terrorisantes par leur anormalité, leur caractère dégradant, inhumain, humiliant, injuste, incompréhensible.

- État de sidération : la victime est choquée au point d'être physiquement incapable de faire le moindre mouvement pour se défendre.
- Dissociation traumatique : la victime est choquée au point de vivre la situation comme si elle se retrouvait hors de son corps.
- Amnésie traumatique : la victime est choquée au point d'oublier l'agression pendant une durée plus ou moins longue, voire définitivement.
- Emprise : la victime qui reste en contact avec l'agresseur est traumatisée au point d'être anesthésiée émotionnellement.



Les effets sur la santé

- Des troubles psychologiques qui peuvent se traduire de différentes manières comme l'insomnie, des troubles de la concentration, la peur d'être seul.e dans une pièce avec une autre personne, la dépression, la perte de confiance en soi etc...
- D'importants troubles physiques peuvent se manifester, comme des maux de ventre, une santé fragile, des infections, des problèmes de sexualité...
- Il est plus simple de tomber dans les addictions (alcool, psychotropes...).



Les effets sur les études et la carrière professionnelle

- La perte de confiance en soi accompagnée d'autres troubles psychologiques, notamment liés à un syndrome de stress post-traumatique peuvent se reporter sur la réussite scolaire, les études supérieures, mais aussi parfois la carrière professionnelle.
- Après un traumatisme, il est normal d'avoir des difficultés à se reprendre en main. Il est alors nécessaire de prendre son temps et de se faire aider.

Les effets sur les relations sociales

- La capacité des victimes à faire confiance à leur entourage est affectée et peut conduire à un repli sur soi.
- Une victime peut être amenée à changer de lieu d'études ou de travail pour ne pas être confrontée son agresseur.
- Honte, culpabilité, peur, méfiance peuvent amener les victimes à se retirer de diverses activités et à se couper de la vie sociale.

Une victime traumatisée peut donc s'isoler socialement, ce qui peut être mauvais voire dangereux.

II. 2. En tant que proche, comment aider ?

Il est souvent difficile de savoir quoi dire à une victime, surtout lorsque c'est un.e ami.e ou un.e membre de sa famille. Pour une victime, le fait de se confier est extrêmement difficile, **il ne faut pas les juger et être là pour elles**. Il faut les croire et le leur signifier.

Pour aider il faut faire comprendre aux victimes :

- qu'on les croit,
- qu'on les soutient,
- que ce n'est pas de leur faute,
- qu'elles n'ont pas à s'en vouloir.

Il faut **respecter leur confidentialité** et ne pas divulguer des informations sans leur consentement car **ce choix est le leur**.

L'accompagnement doit durer dans le temps, vous pouvez les aider pour lancer des procédures judiciaires, les écouter lorsqu'elles en ont besoin, les diriger vers des psychologues pour les aider à gérer au mieux leur traumatisme.



II. 3. Comment porter plainte ?

Le viol est un **crime**. Il est défini par le code pénal (article 222-23 à 222-26) comme :

« tout acte de pénétration sexuelle, de quelque nature qu'il soit, commis sur la personne d'autrui par violence, contrainte, menace ou surprise »

Tout acte de pénétration sexuelle est visé : buccale, vaginale, anale par un sexe, un doigt, un objet.

La contrainte suppose l'existence de pressions physiques ou morales.

La menace peut être le fait pour l'auteur d'annoncer les représailles en cas de refus de la victime.

Il y a recours à la surprise lorsque par exemple la victime est inconsciente ou en état d'alcoolémie.

Le fait d'administrer à une personne, à son insu, une substance est une circonstance aggravante sévèrement réprimée.



La peine encourue est de **15 ans** d'emprisonnement.

Les agressions sexuelles sont des **délits**. Elles sont définies (article 222-27 à 222-30 du code pénal) comme :

« un acte à caractère sexuel sans pénétration commis sur la personne d'autrui, par violence, contrainte, menace ou surprise »

« le fait de contraindre une personne par la violence, la menace ou la surprise à se livrer à des activités sexuelles avec un tiers »

Il peut s'agir par exemple de caresses ou d'attouchements de nature sexuelle.

La peine encourue est de **5 ans** d'emprisonnement et **75 mille euros** d'amende.



Tu viens de te faire agresser ?

Si tu viens de subir une violence sexuelle, tu dois garder en tête que tu n'es pas responsable. **Parles-en à une personne sûre, garde les preuves.** Il faut se dire que ton agresseur a enfreint la loi, pas toi.

En premier lieu, **le plus important est de veiller à ta sécurité.** Pour cela tu peux trouver refuge dans un endroit sûr et rassurant : chez toi, chez un.e ami.e, chez ta famille, dans un commissariat, dans les locaux d'une association ou à l'hôpital.

Il est vivement conseillé de **se rendre aux Urgences** ou chez un médecin :

- Tu pourras y bénéficier de soins, d'accompagnement psychologique...
- En plus de ces soutiens, les médecins pourront te faire passer des tests ou encore te fournir un traitement d'urgence contre les IST et/ou une contraception d'urgence.
- Si tu viens de te faire agresser, il est important de t'y rendre sans te laver. Même si tu en as très envie empêche-t'en. Cela peut t'aider si tu souhaites porter plainte par la suite.

Essaye de **rassembler les preuves** :

- Ne jette rien.
- Garde tous tes textos si tu te fais harceler. N'hésite pas à noter tout ce que tu ressens, tout ce que tu vis.
- En cas de viol : essaye de garder tes vêtements et essaye de les conserver en l'état.

Suite à une agression, **il faut parler.** Que ce soit à la famille, des amis, une association... Plus on tarde à le faire, plus cela devient difficile et éprouvant.

.....

Pour **porter plainte** :

- Tu peux te rendre directement à la gendarmerie ou prendre un rendez-vous.
- Écrire une lettre au procureur.
- Signaler ce qui t'es arrivé sur internet à l'adresse suivante : <http://www.service-public.fr/cmi>. Un professionnel te guidera pour les démarches.

Fais toi accompagner par un proche ou un membre d'une association : elle/il rendra les démarches moins difficiles. A savoir : si tu ne te sens pas à l'aise avec la personne qui prend ta déposition, **tu as le droit de demander à parler à quelqu'un d'autre.**

III. 1. Quelques numéros et adresses utiles

Tu n'es **pas seul.e** à traverser cette épreuve, de nombreuses professionnel.le.s sont là pour t'aider, pour t'apporter des solutions et surtout pour t'écouter. Contre les violences sexuelles, des lieux, des contacts et sites internet te permettent d'obtenir de l'aide, que tu sois victime ou témoin.

Il y a également des médecins présents sur les différents sites de l'Université qui sont là pour te recevoir et t'écouter.

Contacts d'urgence :

- Police : 17
- Numéro d'urgence par SMS : 114
- Service en ligne : <https://www.service-public.fr/cmi>
- Service Médico-judiciaire du C.H.R.U de Lille: 03 20 44 66 46



Numéros utiles (aide & écoute) :

- SOS Viols Femmes informations : 0 800 05 95 95
- Violences Femmes Info : 3919
- 08 Victimes (pour toutes les victimes ou témoins de violences quel que soit le préjudice subi) : 08 84 28 46 37



Sites ressources (information & aide) :

- Collectif de lutte anti-sexiste contre le harcèlement sexuel dans l'enseignement supérieur : <http://clashes.fr/>
- Stop Violences Femmes : <http://stop-violences-femmes.gouv.fr/>
- Onsexprime.fr

Lieux



Des lieux sont accessibles à tous dans la métropole lilloise si jamais tu as besoin de parler, d'avoir de plus amples informations ou juste pour un soutien. Certains sont au sein même de l'université, d'autres à l'extérieur.

À l'Université :

- CEVIHS (Cellule de veille et d'information sur le harcèlement sexuel à l'Université de Lille) : contact-harcelement-sexuel@univ-lille.fr
- Centre de santé des étudiants de l'Université de Lille. Bâtiment A, entrée A8 , Villeneuve d'Ascq, métro Pont de Bois.
- SUMPPS (Service universitaire de médecine de prévention et de promotion de la santé) : 03 62 26 93 00, du lundi au vendredi de 8h30 à 17h.

Ailleurs :

- Le Planning Familial : 16 avenue Kennedy, Lille. Métro République Beaux-Arts . 03 20 57 74 80
- B.A.P.U. (Bureau d'Aide Psychologique Universitaire) : 153 boulevard de la Liberté, Lille. Métro République Beaux-Arts. 03 20 47 45 15
- C.P.A.A. (Centre Psychologique d'Accueil et d'Admission) : 2 rue Desaix, Lille. Métro Porte de Valenciennes 03 20 54 85 26
- Association Louise Michel (centrée sur les violences conjugales) : 27 Chaussée de l'Hôtel de ville, Villeneuve d'Ascq. 03 20 47 45 15
- Accueil de jour ROSA (lieu d'écoute et d'aide contre les violences faites aux femmes) : 94 rue de Wazemmes, Lille. 06 58 23 65 79
- PARLER (accompagnement des femmes victimes de violences sexuelles) : www.associationparler.com/
- L'Échappée (collectif de lutte contre les violences sexistes et sexuelles) : 19 place Vanhoenacker, Lille. 06 30 89 27 33



III. 2. Ressources culturelles

Certaines oeuvres permettent également de mieux comprendre ce que tu as pu vivre, de mettre des mots sur des sentiments ou des ressentis. Plus important encore, cela te montre que tu n'es pas seule.

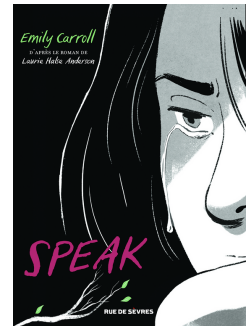


Touchées, Quentin Zuttion

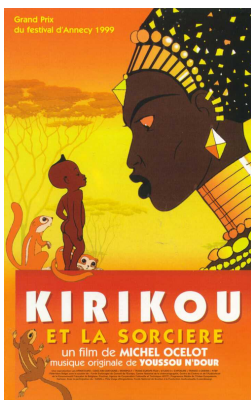
Ce roman graphique suit le parcours de trois femmes, toutes trois victimes d'agressions sexuelles, et qui se rendent à des cours d'escrime thérapeutiques pour se réapproprier leur corps et leur esprit.

Speak, Laurie Hals Anderson et Emily Carroll

Ce roman graphique est adapté d'un livre écrit par Laurie Hals Anderson qui traite de l'agression d'une jeune fille, ainsi que de l'isolement dans lequel elle se trouve par la suite.



Kirikou et la sorcière, Michel Ocelot



Citer ce film ici peut sembler incongru, voire hors sujet. Cependant, ce film montre la culture du viol qui sévit dans nos sociétés, et ce grâce au personnage de Karaba. Celle-ci a été victime de viol, et cela explique son comportement : elle souffre, s'éloigne des autres, déteste les hommes et cherche vengeance.

« Parole contre Parole », épisode 8 saison 6 de
Brooklyn Nine-Nine

Dans la continuité du mouvement Me Too, cet épisode de la série dépeint l'histoire d'une femme portant plainte pour agression sexuelle sur son lieu de travail. Elle est épaulée par les policiers de la brigade, protagonistes de la série.



Viol a domicile, documentaire sur France 2.

Ce documentaire regroupe de nombreux témoignages de femmes ayant été victimes d'agressions au sein de leur couple, et des conséquences que cela a eu sur elles.

Sexe sans consentement, Delphine Dhilly et Blandine Grosjean

Ce documentaire, accessible sur YouTube, traite de la zone grise, du fait de céder sans avoir consenti.



Cette liste est loin d'être exhaustive, et de nombreuses autres oeuvres traitent de ce sujet. En prendre connaissance permet de mieux savoir réagir à ce que l'on doit faire si on se trouve confronté à une agression ou des comportements tendancieux.

Merci à OnSexprime.fr de nous avoir permis d'utiliser des articles de leur site ainsi qu'à la CEVIHS pour leur aide grâce à leurs brochures.

Sources des statistiques des affiches :

- "Les violences sexuelles en France : quand la parole se libère", INED, 2017
- Enquête "VIRAGE", INED, 2016
- Enquête sur le consentement dans les rapports sexuels, #NousToutes, 2020