

Chéri(e), je t'aime. A la vie, à la mort.

SEXUALITÉ En matière de violence au sein du couple, la Suisse ne brille pas. Comment reconnaître les situations déviantes et que faire quand l'amour fait mal?

PAR ESTELLE.BAUR@LENOUVELLISTE.CH

En Suisse, selon les chiffres de l'OMS, une personne meurt toutes les deux semaines des conséquences de la violence domestique. «Nous figurons parmi les mauvais élèves», affirme Jacqueline Fellay-Jordan, conseillère sexuelle au centre SIPE. Dans le monde, la violence au sein du couple concerne le plus souvent des femmes âgées de 40 à 44 ans. Pourtant, les 16-18 ans ne semblent pas en reste: une enquête suisse de 2018 menée par Unisanté et SSCH révèle que 51,9% des garçons et 66,7% des filles sont victimes de violence (respectivement 37,2% et 59,7% d'entre eux/elles en sont les auteur(e)s).

Qu'entend-on par «violence conjugale»?

Cela comprend tous les types d'agressions au sein du couple. «Le viol conjugal se situe très haut sur l'échelle de la gradation de la violence; il intervient généralement juste avant le féminicide. Or, tout un tas de violences peuvent apparaître au préalable, comme du dénigrement, de la violence psychologique, du «monitoring» (un contrôle extrême), etc.», précise Jacqueline Fellay-Jordan, qui illustre ainsi ses propos: «Empêcher l'autre de choisir sa tenue, ses activités, de voir qui il/elle veut, contrôler ses messages, exiger l'accès à ses comptes sociaux, bref, toute forme d'emprise sur les activités sociétales et quotidiennes participent déjà de cette violence. Cela revient à ne plus considérer l'autre comme un sujet, mais comme son objet.»

Pourquoi est-ce si tabou?

Pour juger du phénomène chez les adultes en Suisse, il faut se référer aux chiffres de la police, soit aux agressions dénoncées. «Or, on estime que deux tiers d'entre elles ne le sont pas», rappelle la spécialiste. La faute à une forte incompréhension du phénomène, additionnée souvent d'un puissant sentiment de honte. «La violence sexuelle de son/sa partenaire crée de la confusion, car elle émane de quelqu'un qu'on aime, d'une personne en qui on a confiance, avec qui une intimité s'est créée. Il est facile de s'accorder sur le fait de refuser un coup. Mais refuser un mode

Pour demander de l'aide:

- La police (117) ou les urgences (144): si votre **vie est en danger**.
- Violencequefaire.ch: vous conseille en ligne, que vous soyez **victime, auteur(e) ou témoin**.
- La LAVI (027 607 31 00): propose des **entretiens informatifs** (mesures d'éloignement lors d'une séparation, vous aide à retrouver un emploi, etc.)
- Tél 143 La Main Tendue (143): aide et soutient les adultes, 24h/24.
- Caritas-valais (027 322 99 86): vient en aide aux **auteur(e)s de violence**.
- Les centres SIPE: permettent de discuter et de recevoir des **conseils sexuels** (www.sipe-vs.ch).
- La Fondation EssentiElles (079 320 98 70): offre des pistes pour **enrayer la violence psychologique**.
- Le pôle de psychiatrie-psychothérapie de l'Hôpital du Valais (0800 012 210): pour redéfinir vos ressources et vous permettre de **redevenir sujet dans votre couple**.



«La violence sexuelle de son/sa partenaire crée de la confusion, car elle émane de quelqu'un qu'on aime.»

JACQUELINE FELLAY-JORDAN
CONSEILLÈRE SEXUELLE AU CENTRE SIPE

d'expression de l'amour du couple... La sexualité devrait être un acte de partage consenti. Dès lors, il est important de ne pas confondre le jeu – soit des interactions sexuelles entre adultes consentants – et la violence sexuelle, qui touche la liberté sexuelle de l'individu. Le viol n'a rien à voir avec le sexe; il concerne la violence. Au même titre que, lorsqu'on se prend un coup de pelle, on n'appelle pas cela du jardinage!»

Quels signes devraient alerter?

Il est important d'interroger sa sexualité en se demandant si l'on met en place des stratégies pour supporter voire réclamer ces interactions. «Avoir envie de pleurer tout de suite après le rapport sexuel peut être symptomatique, tout comme boire systématiquement de l'alcool avant de

faire l'amour, utiliser des substances pour se calmer ou faire semblant de dormir quand l'autre nous rejoint au lit. Notre corps se rend aussi parfois inabordable, comme lors de mycoses ou d'infections urinaires à répétition, voire moins désirable, lorsqu'on ne prend plus soin de soi.» Beaucoup de préjugés sociaux peuvent parasiter l'esprit de la victime: penser qu'il faudrait accepter tout acte sexuel, parce qu'il en va du devoir conjugal, ou craindre de se retrouver dans la précarité si l'on refuse les avances de son/sa partenaire: «Le permis de séjour dépend parfois du conjoint. On craint alors une vulnérabilité sociale et/ou financière si l'on cherche à s'en sortir.»

Vers qui peut-on se tourner?

Pourtant, des solutions existent. Jacqueline Fellay-Jordan le rappelle: «Le consentement, c'est avoir la force de dire ce que l'on veut et ce que l'on ne veut pas. Puis, de s'interroger: est-ce que je peux en parler, et suis-je entendu(e)?» Il est donc bon d'en discuter, entre conjoints, mais aussi avec d'autres personnes. Se demander s'il est normal de vivre ce que l'on vit; mettre des mots sur ce que l'on ressent. «Il est possible de s'adresser à son médecin de famille, à son gynécologue, au pédiatre de ses enfants, auprès de la LAVI ou d'un centre SIPE.» Les consultations sont gratuites et confidentielles, et servent que l'on soit auteur(e) de violence, victime, ou témoin.

Plus d'infos et d'aide sur
www.violences-domestiques.ch

LA QUESTION DE LA CONTRACEPTION

Pouvoir être libre de tomber enceinte ou de rester nullipare

Parmi les violences sexuelles au sein du couple, on compte aussi le contrôle de la contraception et/ou de la grossesse de sa partenaire. «De nombreuses femmes nous consultent, car leur conjoint leur impose de prendre un moyen de contraception ou, au contraire, de ne pas en prendre. Certains d'entre eux leur imposent ainsi d'avoir ou non

des enfants. Parmi ces femmes, on en rencontre parfois qui viennent pour prendre des contraceptifs sans en informer leur partenaire, ce qui n'est pas le signe d'une relation de couple saine et épanouie.» Rappelons également que seule la femme décide et signe pour interrompre une grossesse. Le consentement du géniteur n'est pas requis.

PRÉVENTION

On tient bon!

Les gestes simples gardent le virus à distance



PARTENARIATS