

QUIERO VIVIR SIN VIOLENCIA



Je veux vivre sans violence

© de la présente édition : IAM. Institut des femmes en Aragon.

Édité par IAM. Institut des femmes en Aragon.

© Textes : Vanesa Bielsa Soro

© Illustrations : Josema Carrasco

Conception graphique : Josema Carrasco



TABLE DES MATIÈRES :

Présentation.	02
Sentiments partagés.	03
Je me souviens avoir vécu dans la violence.	04
Normalisation de la violence.	05
Rôle d'un enfant sage.	05
Plainte et départ de la maison.	06
Maison d'accueil.	06
Anticipation et inquiétude concernant les visites.	08
Symptomatologie de la violence conjugale chez les enfants.	09
Rendez-vous avec papa.	10
Blocage émotionnel.	11
Une rage contenue.	11
Mélange de sentiments non extériorisés.	12
Rendez-vous au tribunal.	14
Absence de limites. Manipulation.	15
Psychologue.	19
Écouter les autres est une aide.	20
Séances. Alertes.	20
Apprentissage émotionnel.	20
Extérioriser le sentiment de culpabilité.	20
Une nouvelle vie.	21

Promouvoir des espaces égaux et sans violence à l'égard des femmes est fondamental pour le développement correct et nécessaire des petites filles et petits garçons. La mise en place d'un environnement protecteur est un droit fondamental pour les enfants tout comme le fait de s'occuper d'eux.

La violence à l'égard des femmes est une violation de leurs droits fondamentaux et une atteinte à leur vie et à leur liberté. Les agresseurs ont souvent utilisé leurs enfants comme un moyen pour continuer à faire du mal aux mères et, poussés dans leurs derniers retranchements, commettre l'irréparable. Depuis que les enfants sont considérés comme des victimes directes de la violence conjugale, 29 enfants ont été assassinés par leur père pour se venger de leur mère, perpétrant ainsi la violence à l'encontre de cette dernière.

De nombreuses organisations internationales telles que l'UNICEF et les objectifs de développement durable des Nations unies soulignent la nécessité pour les institutions d'assurer le développement des enfants dans un environnement sûr et sans violence, ainsi que de garantir l'accès à une éducation égale et la jouissance de leurs droits en tant qu'enfants.

Assurer une enfance heureuse et sans violence est également nécessaire pour former une citoyenneté qui respecte et garantit les droits et les libertés, et qui considère la lutte contre la violence conjugale comme une nécessité démocratique, non seulement pour les femmes, mais aussi pour la société dans son ensemble.

Natalia Salvo Casaús.
Directrice de l'Institut des femmes en Aragon.

L'histoire « **Je veux vivre sans violence** » est basée sur les récits et les expériences des enfants de femmes victimes de violence sexiste.

Elle a été créée dans le but de donner une visibilité aux enfants vivant à la maison avec ce type de violence, qui sont parfois oubliés. Elle cherche à faire comprendre l'importance des expériences émotionnelles vécues pendant la séparation des parents et après le départ de l'agresseur du foyer familial, en montrant que dans la plupart des cas, la violence ne s'arrête pas après la séparation, mais se transforme, puisqu'elle est toujours présente par leur intermédiaire dans le but de continuer à nuire à la mère.

Cette histoire aborde les différentes étapes que traversent les enfants, tant sur le plan situationnel qu'émotionnel.

Dans les nombreuses situations qui peuvent se présenter, nous avons voulu accorder une attention particulière aux enfants qui abandonnent leur environnement, leur maison, leurs amis,

leur école, leur famille..., pour être hébergés dans un foyer d'accueil, car ils sont les plus touchés dans le sens où ils subissent les changements les plus brusques.

« **Je veux vivre sans violence** » se veut un outil utile pour les professionnels travaillant dans le domaine de la violence sexiste et avec les enfants en général, car les petites filles et petits garçons qui vivent ce type de situation à la maison ont beaucoup de mal à exprimer les expériences et les émotions qu'ils ressentent, car ils se sentent bloqués dans la plupart des cas et ont peur de raconter leur histoire face à d'éventuelles représailles.

Cette histoire peut servir de méthode de travail pour les aider à exprimer leurs sentiments et leurs émotions, afin qu'ils puissent ensuite les gérer de manière plus appropriée et les intégrer dans leur propre histoire.

Pour eux, pour une enfance sans violence.

Vanesa Bielsa Soro

Psychologue au service de garde d'enfants de l'IAM

Página 1.

Bonjour !

Je m'appelle Ana et j'ai 9 ans.

Voici mon frère Martin, il a 5 ans

Voici notre histoire, quand mes parents se sont séparés et comment notre vie a changé.

Je savais, par le biais de mes amis d'école, que certains parents se séparaient

Mais je ne pensais pas que cela m'arriverait.

Página 2.

Je me suis sentie bizarre quand maman nous l'a dit, à la fois triste et soulagée. Je me souviens que Martin pleurait

Papa ne traitait pas bien maman, il lui disait des choses méchantes et cela me faisait de la peine quand je les entendais

Mais j'ai fini par m'y habituer.

Parfois, je voulais me transformer en Hulk pour qu'ils cessent de se disputer en me voyant si grande

Página 3

Lorsque mon frère et moi nous intervenions, papa nous criait dessus et nous faisait peur.

Maman nous disait d'aller dans notre chambre et de jouer..., mais je n'arrêtais pas de penser à elle.

Nous nous bouchions les oreilles avec Martin ou nous chantions pour échapper à la peur et ne pas les entendre.

Nous avons appris à vivre ainsi. Nous nous y sommes habitués. C'était devenu normal et maintenant je sais que ça **ne l'est pas**, que cela s'appelle de la **VIOLENCE** et que ce n'est bon pour personne.

J'essayais de bien me comporter, de faire mes devoirs, d'obéir, pour éviter que mon père ne se mette en colère, mais rien n'y a fait.

Página 4

Tout a changé le jour où maman a décidé de **dénoncer** papa pour l'avoir maltraitée.

Le même jour, nous avons quitté la maison et maman nous a emmenés dans une grande maison avec d'autres mères et leurs enfants qui avaient vécu la même chose que nous. Au début, j'avais peur et j'étais triste.

Nous avons quitté notre maison, nos amis, notre école. Maman nous a expliqué que nous serions seuls pendant un certain temps.

Página 5

Lorsqu'il y a de la violence à la maison, il faut partir, même s'il est difficile d'accepter les changements.

Ici, il y avait des enfants qui étaient restés à la maison et c'était leur père qui était parti. D'autres étaient partis avec leur mère vivre quelque temps chez les grands-parents, d'autres encore avaient loué une maison avec leur mère.

La psychologue nous a dit que notre maison était l'endroit où se trouvaient nos proches, et que le fait d'être tous ensemble serait une bonne chose.

Página 6

Nous avons notre propre chambre, des jouets et des choses pour dessiner, et nous étions très bien traités. Mais je voyais maman pleurer beaucoup.

Mon frère voulait rentrer à la maison et j'étais triste parce que je ne savais pas comment les aider.

Quelques jours plus tard, maman nous a dit que nous allions commencer à voir papa et que nous allions passer tout le week-end avec lui.

J'ai eu une boule dans la gorge et j'ai eu envie de pleurer.

Et si papa était en colère contre nous ? Et s'il avait cessé de nous aimer ? Et s'il trouvait maman et lui faisait du mal ?

Página 7

Le soir, quand je me couchais, ces pensées me venaient à l'esprit et je ne savais pas comment les repousser.

Aller dans le lit de maman et lui demander de me raconter une histoire chassait mes peurs.

Página 8

Lors de notre première visite à papa, mon frère pleurait parce qu'il ne voulait pas être séparé de maman

J'ai pris mon courage à deux mains et je lui ai dit que tout irait bien même si... j'avais mal à la tête et à l'estomac

Papa est venu nous chercher et je ne comprenais pas pourquoi il ne pouvait pas venir nous chercher

à la maison. Il était très content.

Il nous a fait plein de bisous, il nous a acheté des cadeaux, on s'est bien amusés...

Je n'aimais pas qu'il me pose tant de questions sur maman, je ne savais pas quoi lui répondre !

Página 9

Au retour avec maman, je n'avais pas envie de lui en parler et je lui ai dit que tout allait bien !

Martin se comportait mal depuis quelques jours. Je pense qu'il voulait nous dire quelque chose et qu'il ne savait pas comment le faire.

Página 10

Cela m'arrive de temps en temps. J'ai envie de crier et de casser des choses, ou je me mets en colère sans trop savoir pourquoi.

Ensuite, je me sens mal si j'ai dit quelque chose de méchant à mon frère ou à maman, mais je ne sais pas comment m'arrêter lorsque cela se produit.

Cela vous est-il déjà arrivé ?

Página 11

Parfois, quand je suis dans la nouvelle école, je n'arrive pas à me concentrer. J'ai du mal à me faire des amis, je n'ai envie de parler à personne.

Je veux rentrer chez moi... mais en même temps je ne veux pas et j'ai envie de pleurer.

Quand maman vient nous chercher, j'essaie d'être très forte parce que je ne veux pas qu'elle me voie triste et parce que je veux qu'elle soit plus heureuse.

Página 12

Un jour, maman m'a emmenée parler à une fille très gentille dans un endroit appelé le tribunal

Elle m'a posé beaucoup de questions sur maman et papa, mais je n'osais pas dire du mal de papa... Et si elle lui disait ? Il serait en colère contre Martin et moi ?

Je me suis dit qu'il valait mieux ne lui dire que des choses positives.

Página 13

Les visites chez papa me plaisaient de plus en plus, Martin et moi pouvions jouer et regarder la télévision tard le soir, nous étudions peu, il nous achetait des choses et nous mangions ce que nous voulions...

Le problème, c'est que papa continuait de dire des choses méchantes sur maman... mais elle n'était plus là !

Je ne comprenais rien, mais je me sentais mal.

Página 14

Parfois, Martin demandait à voir davantage papa parce qu'il disait que c'était pénible de devoir se coucher tôt et de ne pas pouvoir jouer si l'on n'avait pas fait ses devoirs

Ou ne pas pouvoir manger beaucoup de bonbons et il criait que c'était plus amusant avec papa

Il m'arrivait, parfois, de penser la même chose, mais... en même temps, je repensais à toutes les choses que maman a faites pour nous et j'oubliais.

Página 15

Un jour, maman nous a dit qu'elle allait nous emmener parler à quelqu'un qui nous aiderait à nous sentir mieux et à qui nous pourrions dire tout ce qui nous préoccupe

Moi, je ne voulais pas confier mes secrets à un étranger.

Lorsque nous y sommes allés, j'ai réalisé qu'il y avait d'autres enfants dans la même situation et

qu'ils ressentait la même chose que nous.

Página 16

Ils disaient parfois qu'ils aimaient leur papa et que quelquefois ils le détestaient.

Ils craignaient de dire à leur papa des affaires de leur maman et se sentaient mal quand l'un d'eux parlait mal de l'autre.

Ils étaient désolés pour leur papa parce qu'il disait qu'il n'avait plus d'argent pour ses affaires

Parfois, ils ne se plaignaient pas de certaines choses, au risque de mettre leur papa en colère contre leur maman.

J'ai dit que lorsque je partais avec papa, j'étais triste ou que j'avais peur de laisser maman toute seule parce que je ne savais pas si elle irait bien ou non.

Cela m'a fait du bien de pouvoir exprimer ce que je ressentais !

Página 17

Chaque fois que nous sommes allés parler à la psychologue, je me sentais plus à l'aise. Enfin quelqu'un qui comprenait ce qui m'arrivait sans avoir à le dire.

Elle a gardé les secrets que je n'avais pas envie de dire à maman ou à mes copines et elle m'a aidée à résoudre mes problèmes.

Elle nous a dit que, lorsque nous n'irons plus la voir, si un jour nous nous sentons mal, contrariés ou que nous pensons que quelque chose n'est pas bien, nous devons le dire à maman, aux professeurs, au médecin, à un proche, etc.

Página 18

J'ai appris que ce n'est pas moi qui dois m'occuper de maman, ni de mon frère lorsque nous sommes en visite chez papa. Je dois penser à mon école, à mes devoirs, à mes amis et à jouer, je peux aider à la maison, mais je suis une enfant avant tout !

Nous avons découvert que de garder les secrets trop longtemps donne des maux de ventre, des maux de tête et parfois envie de vomir.

Je me suis souvenu de la fois où Martin avait vomi sans être malade. Je sais maintenant que c'est parce que nous ne disions pas quand ça n'allait pas et que nous le gardions longtemps dans notre tête.

Página 19

On nous a appris que nous n'étions pas responsables des disputes à la maison, que lorsque papa se

mettait en colère et avait un tempérament de monstre, ce n'était pas parce que nous nous étions mal comportés, que nous n'avions pas obéi ou que nous n'avions pas mangé...

Je me suis dit que ce n'était pas non plus la faute de maman et que papa devrait peut-être aller dans un endroit comme le nôtre, où on lui apprendrait à être plus calme et à ne pas se mettre en colère.

Página 20

Et maintenant, nous sommes dans une nouvelle maison, avec de nouveaux amis, une nouvelle école et un nouvel animal de compagnie ! J'ai appris que les choses qui nous rendent tristes et en colère, ou les changements qui nous font si peur, s'améliorent avec le temps et de l'aide, et deviennent des opportunités pour une vie plus heureuse.

“

Assurer une enfance heureuse et sans violence est également nécessaire pour former une citoyenneté qui respecte et garantit les droits et les libertés, et qui considère la lutte contre la violence conjugale comme une nécessité démocratique, non seulement pour les femmes, mais aussi pour la société dans son ensemble.
