

## **“ViRAJ célèbre ses 20 ans” Archives des capsules ViRAJ 2014**

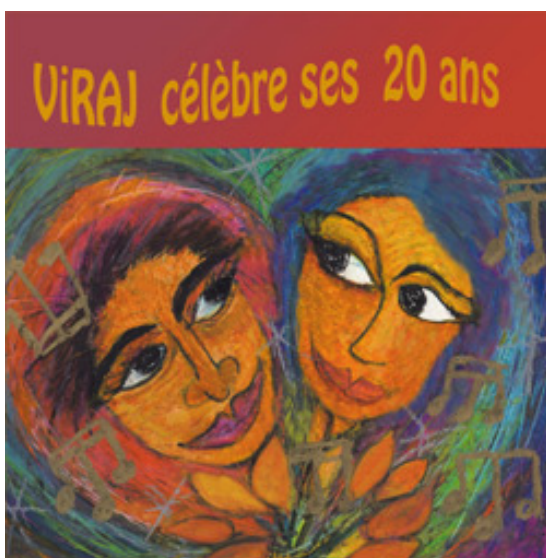
Voici un document comprenant l'ensemble des capsules mensuelles qui ont été publiées en 2014 dans le cadre des célébrations des 20 ans du *Programme de prévention de la violence dans les relations amoureuses chez les jeunes et de promotion des relations égalitaires* (ViRAJ)

Ces capsules portant sur la problématique de la violence dans les relations amoureuses chez les jeunes sont destinées aux intervenants travaillant en milieu jeunesse.

De toutes nouvelles capsules mensuelles sont prévues pour 2015, sur le site <http://www.viraj.ulaval.ca/fr>

### **Remerciements**

Nous remercions les personnes qui ont relu nos capsules de 2014 pour leurs commentaires judicieux, entre autres Julie Delagrave, intervenante-animatrice, d'Entraide Jeunesse Québec et Frédéric Côté, intervenant Jeunesse, du YMCA du Québec (programme Alternative Suspension).



## Table des matières

1.Des relations amoureuses harmonieuses chez les jeunes : on y travaille! Capsule 1...3	3
2. Si je suis jaloux, c'est parce que je t'aime, moi ! Capsule 2.....4	4
3. "Ta jupe est trop courte !" Capsule 3.....6	6
4. Parole aux intervenants : Les aptitudes et actions à encourager lorsqu'on agit en prévention de la violence dans les relations amoureuses chez les jeunes. Capsule 4.....8	8
5. La différence d'âge en amour: un enjeu parfois légal. Capsule 5.....9	9
6. « Là j'tais fucking pissed off parce que l'gars m'avait choké tight ! » : J'étais vraiment fâchée parce le gars m'avait laissée sans que je m'en attende.Capsule 6 ..... 11	11
7. Changer les attitudes des jeunes face à la violence et aux relations égalitaires dans leur relation amoureuse: un réel défi pour les programmes de prévention! Capsule 7... 13	13
8. Sexe, alcool et drogues: un cocktail risqué! Capsule 8..... 15	15
9. Le stress de la «performance» sexuelle: phénomène bien présent chez les jeunes! Capsule 9.....18	18
10. La violence dans les couples de même sexe existe aussi! Capsule 10 .....20	20
11. Violence au sein du couple : Les réactions aidantes et nuisibles. Capsule 11 .....23	23
12. La lutte à la violence, c'est l'affaire des hommes aussi ! Capsule 12.....25	25
13. Le Sexting à l'adolescence. Capsule 13 .....27	27
14. Les 20 ans de ViRAJ 1994-2014.....29	29

## Des relations amoureuses harmonieuses chez les jeunes : on y travaille! Capsule 1, ViRAJ 20 ans

---

27 Janvier 2014

Afin de célébrer ses 20 ans, l'équipe ViRAJ vous offrira des capsules d'informations visant à livrer des données à jour concernant la problématique de la violence dans les relations amoureuses chez les jeunes. Nous souhaitons ainsi rendre disponibles des chiffres et des réflexions actuelles dans le but de soutenir le travail des acteurs et intervenants agissant dans le secteur jeunesse. [Les références précises](#) seront disponibles sur le site [www.viraj.ulaval.ca](http://www.viraj.ulaval.ca). (Note : celles de 2014 ont été retirées du site et intégrées au texte actuel). Programme de prévention de la violence et de promotion des relations égalitaires, ViRAJ a été actualisé et évalué. Déjà apprécié par de nombreux intervenants, ce programme clé en main aborde de manière interactive la dynamique de la violence dans un couple. Sous forme de 2 rencontres d'animation, son contenu est accessible en ligne gratuitement à : [http://www.viraj.ulaval.ca/sites/viraj.ulaval.ca/files/lavoie\\_2009.pdf](http://www.viraj.ulaval.ca/sites/viraj.ulaval.ca/files/lavoie_2009.pdf)

Le saviez-vous ? :

- On estime que 75% des jeunes vivent des relations saines et égalitaires. Par contre, 25 % des élèves québécois du secondaire ont infligé au moins une forme de violence à leur partenaire amoureux dans la dernière année tandis que trois jeunes sur dix (30%) en ont subi au moins une forme. (Source : Institut de la statistique du Québec, 2013)
- L'utilisation du théâtre-forum dans le programme ViRAJ favorise grandement les interactions avec les jeunes et suscite leur participation. Le fait de voir un ou une camarade de classe appliquer des solutions concrètes à une situation de contrôle favorise l'appropriation des attitudes et comportements sains à adopter. (Source : Entraide Jeunesse Québec)
- L'animation du programme nécessite très peu de matériel et peut se faire directement dans un local en classe. (Source : Guide d'animation ViRAJ, 2009)

Demeurez à l'affût de nos prochaines capsules et de nos échanges!  
Francine Lavoie et Félix Joyal-Lacerte  
École de psychologie de l'Université Laval

### Références

Entraide Jeunesse Québec, document inédit.

Institut de la statistique de Québec : Traoré, I., Riberdy, H., & Pica, L. A. (2013). Violence et problèmes de comportement dans L'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2010-2011. Le visage des jeunes d'aujourd'hui : leur santé mentale et leur adaptation sociale, Tome 2, Québec, Institut de la statistique du Québec, p. 81-110. Consulté à [www.stat.gouv.qc.ca](http://www.stat.gouv.qc.ca)

Lavoie, F., Hotton-Paquet, V., Laprise, S., & Joyal Lacerte, F. (2009). ViRAJ : Programme de prévention de la violence dans les relations amoureuses chez les jeunes et de promotion des relations égalitaires. Deuxième édition révisée. ISBN 978-2-9801676-8-3. Québec : Université Laval, 132 pages.

## Si je suis jaloux, c'est parce que je t'aime, moi ! Capsule 2, ViRAJ 20 ans

---

18 Février 2014

**Un gros défi à l'adolescence.** La jalousie est perçue par des jeunes d'une part comme le problème relationnel le plus important et répandu et d'autre part comme un sentiment normal (Adams et Williams, 2014). 65% d'adolescent/es pensent que la jalousie est une preuve d'amour (Lavoie et coll., 2011). Le fait de ne pas ressentir ce sentiment est parfois vu comme un manque d'intérêt envers la personne aimée.

**La jalousie :** Sentiment lié à la perception d'une menace de perdre une relation jugée importante face à un rival réel ou imaginaire. Elle se manifeste par un inconfort qui peut nous amener à exercer des comportements contrôlants, comme de la surveillance, dicter des interdits de contacts, manipuler dans le but d'attirer l'attention, etc.

**Au Québec :** D'après deux études qualitatives québécoises, la jalousie, qu'il s'agisse de celle exprimée par le ou la partenaire ou celle ressentie par les jeunes eux-mêmes, est lourde à gérer selon des adolescents/es. On a relevé ces propos: « **C'est sûr que lorsqu'il y a un peu de jalousie...c'est peut-être de l'amour, de la possessivité (...) mais à un moment donné, c'est plus que ce que tu veux. Ils veulent presque prendre le contrôle de ta vie, tu sais (...) Alors là, ce n'est plus de l'amour** » (groupe de Filles 14-19 ans), « **Jalousie, elle qui s'entoure d'autres gars qui l'aiment ou qui veulent l'avoir dans leur lit...colère, tristesse** ». (Garçon, 16 ans) (Lavoie et coll., 2000; Van Camp et coll., 2013).

**Utile**, lorsqu'elle signale la peur de perdre une relation importante à nos yeux. **Nuisible**, car des préoccupations concernant l'infidélité sont un des principaux déclencheurs de la violence (Vandello et Cohen, 2003) et sont liées à l'insatisfaction.

**Sentiment commun.** La jalousie est un sentiment possiblement ressenti au moins une fois par toutes les personnes au cours de leur vie. Une personne en bonne santé mentale vivant de la jalousie se restreindra, selon Kingham (2004) : 1- à percevoir un seul rival, non pas une multitude; 2- à réagir face à une preuve bien établie; 3- sera ouverte à réviser ses croyances et réactions.

**Les pairs.** La jalousie est souvent légitimée et excusée par les pairs. Les liens sur Facebook amènent plus d'interactions, de surveillance par les pairs et par le-la partenaire pouvant susciter de la jalousie (Muisse et coll., 2009).

**Pour établir un dialogue concernant ces thèmes : voir rencontre 1**

**ViRAJ** [http://www.viraj.ulaval.ca/sites/viraj.ulaval.ca/files/lavoie\\_2009.pdf](http://www.viraj.ulaval.ca/sites/viraj.ulaval.ca/files/lavoie_2009.pdf)

Francine Lavoie et Félix Joyal-Lacerte  
École de psychologie de l'Université Laval

## Références

- Adams, H. L., & Williams, L. R. (2014). « It is not just you two»: A grounded theory of peer-influenced jealousy as a pathway to dating violence among acculturating Mexican American adolescents. *Psychology of Violence*. Advance online publication. doi: 10.1037/a0034294
- Kingham, M., & Gordon, H. (2004). Aspects of morbid jealousy. *Advances in Psychiatric Treatment*, 10, 207-215. doi: 10.1192/apt.10.3.207
- Lavoie, F., Boivin, S., Trotta, V., & Perron, G. (2011). *Évaluation de ViRAJ. Rapport technique no. 2. Impact du programme révisé de prévention de la violence dans les couples adolescents chez des élèves de 15 et 16 ans : leurs connaissances, l'effet du passé de violence et analyse fine des changements d'attitudes*. Document inédit, Entraide Jeunesse Québec, Québec, Canada.
- Lavoie, F., Robitaille, L., & Hébert, M. (2000). Teen dating relationships and aggression: An exploratory study. *Violence Against Women*, 6(1), 6-36. doi:10.1177/10778010022181688
- Muise, A., Christofides, E., & Desmarais, S. (2009). More information than you ever wanted: does Facebook bring out the green-eyed monster of jealousy? *CyberPsychology, Behavior, & Social Networking*, 12, 441–444. doi:10.1089=cpb.2008.0263
- Van Camp, T., Hébert, M., Fernet, M., Blais, M., Lavoie, F., et l'équipe PAJ. (2013). Perceptions des jeunes victimes de violence sexuelle au sein de leurs relations amoureuses sur leur pire expérience. *Journal International de Victimologie/ International Journal of Victimology*, 11(2). Consulté à <http://www.jidv.com/njidv/index.php/archives/par-numero/copie-de-jidv-29/171-jidv-30/879-perceptions-des-jeunes-victimes-de-violence-sexuelle-au-sein-de-leurs-relations-amoureuses-sur-leur-pire-experience>
- Vandello, J. A., & Cohen, D. (2003). Male honor and female fidelity: Implicit cultural scripts that perpetuate domestic violence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 997–1010. doi: 10.1037/0022-3514.84.5.997

## Autre suggestion de lecture sur internet

- Demirtas-Madran, H.A. (2011). Understanding coping with romantic jealousy: Major theoretical approaches. Dans R. Trnka, K. Balcar et M. Kuška (Eds), *Re-Constructing emotional space; From experience to regulation* (pp. 153-167). Prague College of Psychosocial Studies Press. Consulté à <http://www.pvsps.cz/en/emotional-spaces/>

## "Ta jupe est trop courte !" Capsule 3, ViRAJ 20 ans.

---

11 Mars 2014

*Ton chandail... trop décolleté, ta blouse... trop transparente, ton jean trop serré... Tu dois changer de coiffure, t'épiler, te muscler, maigrir...*

Dans la sphère **intime** du couple, ne penser qu'à « reformater » sa partenaire ou son partenaire est un indice de contrôle. Le/la partenaire est vu-e comme un objet qui doit répondre à nos critères personnels, soit minimiser ou plus rarement exhiber sa sexualité parce qu'il/elle pourrait attirer le regard des autres, soit se transformer pour correspondre à des standards de beauté importants pour nous.

Dans la sphère **publique**, des femmes sont soumises à du harcèlement sexuel centré sur leur corps et leur liberté de mouvement. Non, ce n'est pas normal ni flatteur ces remarques souvent perçues comme déplacées. Les hommes, quoique moins harcelés dans l'espace public, sont également interpellés par des publicités afin d'adopter des styles et des attitudes stéréotypés d'assurance et de force masculine. Deux documentaires en caméra cachée à Bruxelles et à Paris nous font réfléchir aux réponses sociales nécessaires, sur You Tube « [Femmes de la rue](#) » de Sofie Peeters et « [Harcèlement de rue en France aussi](#) » de Virginie Vilar.

**Actions de résistance.** Chez de jeunes adolescentes françaises, porter la jupe a été vu comme une résistance, une affirmation du droit à la féminité et d'être « sexy ». Il y a même depuis 2006 des [Journées de la jupe et du respect](#) qui s'attaquent au traitement inégalitaire entre filles et garçons. L'équipe ViRAJ a présenté dès 1994 une vignette sur la jupe et cet échange est toujours aussi populaire aujourd'hui avec l'actualisation de 2009 (voir pages 37 et suivantes, du [guide d'animation ViRAJ](#)). On y apprend à ne pas se transformer uniquement pour se conformer aux désirs de l'autre et à dialoguer de façon respectueuse sur l'apparence sans contrôler. Une **zone de liberté et de bien-être** doit être identifiée par chaque jeune face aux pressions sociales, aux diktats de la mode ou de religions.

Comme le montrent les vidéos européennes, les femmes sont trop souvent interpellées par des hommes dans la rue et traitées de tous les noms lorsqu'elles sont en jupe ou lorsqu'elles sont seules. Certaines femmes ont choisi de moins porter la jupe et de se faire discrètes dans certains environnements publics, alors que d'autres ont revendiqué des lois pour protéger leur intégrité. Pensez-vous que les adolescentes que vous côtoyez modifient leur façon de s'habiller, par crainte d'être interpellées par rapport à leur choix vestimentaire? Faudrait-il des *Journées de la jupe et du respect* impliquant garçons et filles?

**Un enjeu** pour un/e adolescent/e est de trouver un équilibre entre se respecter en se présentant (apparence physique) de la manière souhaitée et prendre conscience de l'image qu'on projette. **Un autre enjeu social** est de revendiquer sa place dans l'espace public. Bref, se faire remarquer et respecter!

En plus de ViRAJ, le [programme PASSAJ](#) vous suggère une rencontre à animer sur le harcèlement sexuel.

Au plaisir d'échanger avec vous!

Francine Lavoie et Félix Joyal-Lacerte  
École de psychologie de l'Université Laval

## Références

Le printemps de la jupe et du respect ( n.d.). Consulté le 3 mars 2014  
à <http://www.printempsdelajupe.com/>

Cygnification. (2012, 1<sup>er</sup> octobre). *Harcèlement de rue ( Femmes de la rue, par Sofie Peeters)*[Document vidéo]. Consulté à <http://www.youtube.com/watch?v=TazhlzP5cx8>

Lavoie, F., Hotton-Paquet, V., Laprise, S., & Joyal Lacerte, F. (2009). *ViRAJ : Programme de prévention de la violence dans les relations amoureuses chez les jeunes et de promotion des relations égalitaires*. Deuxième édition révisée. ISBN 978-2-9801676-8-3. Québec : Université Laval, 132 pages.

PoemeFrançais. (2013, 21 mars). *Harcèlement de rue- En France aussi- Fr2 2013-03-21 20-45-45-1* [Document Vidéo]. Consulté à <http://www.youtube.com/watch?v=uLAd18y3teQ>

## Parole aux intervenants : Les aptitudes et actions à encourager lorsqu'on agit en prévention de la violence dans les relations amoureuses chez les jeunes. Capsule 4, ViRAJ 20 ans

---

4 Avril 2014

*Voici des conseils d'intervenant/es qui se sont impliqué/es dans le passé ou le font encore aujourd'hui dans le domaine de la prévention de la violence dans les relations amoureuses chez les jeunes et qui ont l'expérience d'animation du [programme ViRAJ](#).*

« **Situer l'intervention dans un continuum de promotion/prévention**: aborder le thème des relations de couple avant la présentation d'un programme sur la violence et maintenir les réflexions des jeunes par diverses activités après celle-ci. »

« Tout en enseignant les comportements jugés sains par notre société dans ce domaine, il faut **éviter de tomber dans le discours normatif** qui pourrait condamner des valeurs, attitudes ou comportements différents de ce qu'on juge idéal sans être intolérable. »

« Il est important d'**être convaincu** des messages que l'on amène aux jeunes. Au sein du duo d'animation, **donner l'exemple** aux jeunes d'une relation saine et égalitaire. »

« Avoir une **attitude d'ouverture et d'écoute** envers les jeunes. Recueillir leurs propos et leurs pensées dans un but de mieux comprendre, donc **partir de leurs schèmes de références** pour construire l'intervention préventive. Penser à **aménager d'autres moments de réflexion** sur les sujets qu'ils souhaiteraient approfondir. »

« Avoir une **équipe mixte** pour l'animation, avec des **aptitudes d'animateur de groupe** et préalablement formée à l'animation du programme ViRAJ, reste un incontournable (Entraide Jeunesse Québec : Québec et CSSS Jeanne-Mance offrent cette formation). »

« **Encourager les jeunes à dénoncer et s'affirmer** face aux actes de violence qu'ils subissent ou dont ils sont témoins. »

Un merci tout particulier aux importants collaborateurs de cette capsule :

Amélie Gagné Fournier, Travailleuse sociale, CSSS Vielle-Capitale, Québec

Nicolas Roy, Coordonnateur et Intervenant psychosocial à l'ancre des jeunes, Montréal

Mélanie Harvey, Organisatrice communautaire, CSSS Vielle-Capitale, Québec

Steven Brooks, T.T.S., B.A., Sociologie, Université Laval

Félix Joyal-Lacerte et Francine Lavoie  
École de psychologie de l'Université Laval



## La différence d'âge en amour: un enjeu parfois légal. Capsule 5, ViRAJ 20 ans

---

April 24, 2014

Que répondez-vous à un élève qui vous demande si un jeune de 21 ans peut-être condamné pour avoir eu une relation sexuelle avec son amoureuse de 14 ans ? Les médias rapportent une telle histoire qui se serait déroulée récemment au Québec ([Journal de Québec, avril 2014](#)). Il s'agirait de la première condamnation depuis le changement de la loi canadienne. Il vous arrivera sans doute comme intervenant d'avoir à répondre à des questions très précises en lien avec la notion de consentement en fonction de l'âge. La fameuse phrase que l'amour n'a pas d'âge est donc encadrée par une nouvelle loi lorsqu'un/e mineur/e est impliqué/e. Sans présumer que tous les comportements décrits dans notre test mèneront à des accusations, il importe que les jeunes comprennent la loi et son influence. Cette loi a avant tout le but de les protéger.

Testez votre compréhension de la loi canadienne quant au consentement à une relation sexuelle.

Voyez le test à la page suivante

Francine Lavoie et Félix Joyal-Lacerte  
École de psychologie de l'Université Laval

### Références

- Lavoie, F., Hotton-Paquet, V., Laprise, S., & Joyal Lacerte, F. (2009). ViRAJ : Programme de prévention de la violence dans les relations amoureuses chez les jeunes et de promotion des relations égalitaires. Deuxième édition révisée. ISBN 978- 2-9801676-8-3. Québec : Université Laval, 132 pages.
- Pellerin, C. (2 avril 2014). Relations sexuelles consentantes avec une mineure : 16 mois de prison. *Journal de Québec*. Consulté à <http://www.journaldequebec.com/2014/04/02/en-prison-pour-une-histoire-damour-avec-une-fille-de-14-ans> (accès limité en 2015)

**Quiz pour les intervenants sur l'âge du consentement sexuel selon la loi canadienne (Lavoie, 2009)**

Il s'agit d'une agression sexuelle si :	VRAI	FAUX
1 Un jeune de 14 ans oblige sa partenaire de 13 ans à lui faire une fellation		
2 Deux jeunes de 14 et de 11 ans sont d'accord pour se masturber mutuellement		
3 Une fille de 15 ans sort avec un jeune homme de 20 ans et quelques mois et ils ont une relation sexuelle dans un climat agréable		
4 Une fille de 15 ans sort avec un jeune homme de 19 ans et ils ont une relation sexuelle dans un climat agréable.		
5 Une fille de 15 ans force son partenaire de 14 ans à avoir une relation sexuelle après lui avoir fait des pressions verbales répétées et des commentaires désobligeants.		
6 Les deux partenaires de 17 ans sont fortement sous l'influence de l'alcool. Ils ont une relation sexuelle sans violence, mais sans trop que la fille s'en aperçoive.		
7 Un garçon de 18 et une fille de 19 ans ont de façon consensuelle des relations sexuelles sado-masochistes sans s'infliger de blessures.		
8 Un jeune de 15 ans exhibe clairement ses parties génitales lors d'activités consensuelles dans son groupe de jeunes de 14-15 ans.		
9 Un garçon de 16 ans sort avec une fille de 13 ans et lui fait des caresses aux parties génitales. Elle ne refuse pas.		
10 Une fille de 20 ans exhibe clairement ses parties génitales lors d'activités consensuelles dans son groupe de jeunes en majorité de 14 et de 15 ans.		

Indiquez par un **Vrai** ou un **Faux** si vous croyez que l'énoncé représente ou non une agression sexuelle au sens de la loi. (Note : Il n'est pas recommandé d'utiliser ceci avec les jeunes. On transforme alors les relations en points techniques, le quiz est pour les intervenants.)

Les bonnes réponses sont : 1) V, 2) V, 3) V, 4) F, 5) V, 6) V, 7) F, 8) F, 9) V, 10) V

Dans le document « [informations juridiques pour l'équipe d'animation des programmes ViRAJ et PASSAJ](#) » ou en annexe de [ViRAJ](#), vous trouverez un texte donnant davantage d'information sur le consentement.

## « Là j'tais fucking pissed off parce que l'gars m'avait choké tight ! » : J'étais vraiment fâchée parce le gars m'avait laissée sans que je m'en attende. Capsule 6, ViRAJ 20 ans

---

26 Mai 2014

*Souvent banalisés, voire même réservés pour les gens qu'on aime, les « ta gueule », « nah fuck you », « té cave », « aye le gros » ou encore « yo bitch » sont fréquemment employés par les jeunes dans leur langage courant.*

Il faut comprendre qu'un pareil lexique n'est pas commun à tous les jeunes, mais qu'il permet des rapprochements et un fort sentiment d'appartenance entre jeunes. **La communication devient alors une culture** qui repose sur l'aptitude des individus à comprendre les intentions de leur interlocuteur (Sperber & Wilson, 1995).

**Les insultes** apparaissent donc comme des attentions amicales minimisant ainsi leurs impacts. **L'intimité** offre alors le privilège d'avoir recours à un langage d'affront qui serait considéré comme étant de la violence si son interlocuteur était une connaissance ou un inconnu.

On peut ainsi retrouver ce vocabulaire entre amoureux. Le problème est que lorsque l'insulte se répète ou se présente sous la forme d'un surnom, la personne peut finir par s'habituer à ce style d'échange ou même croire au message, d'autant plus qu'il est dit par une personne proche ([ViRAJ 2009, Rencontre 2 : scène 1](#)). Le phénomène des injures s'installe plus facilement dans un couple après quelque temps puisqu'à force de mieux se connaître, on se permet davantage de se faire des reproches spontanés. Il est plutôt rare de constater ce genre de propos lors des premières semaines de fréquentation, de peur de déplaire à l'autre.

Le défi en prévention n'est pas d'arriver à modifier le langage des jeunes, mais bien de les amener à prendre conscience des impacts possibles de ces insultes, malgré la proximité avec la personne. À quel moment est-ce moins charmant ou « cute »? Il s'agit aussi d'inviter les jeunes à affirmer leur déplaisir plutôt qu'à endurer et à se sentir blessé. Selon Gilles Vigneault, « La violence serait un manque de vocabulaire ». Pourrions-nous alors dire que notre rôle d'intervenant/e serait de contribuer à enrichir leur vocabulaire ou du moins à le diversifier? Avec les réseaux sociaux (textos, Facebook, etc.) il est encore plus facile de dire des choses qui n'auraient jamais été dites en face à face et il est souvent impossible de corriger la situation.

Or, il ne manque pas d'expressions bien vivantes et colorées, par exemple « tu es de feu » : une personne épatante, « capotant » : quelqu'un d'intéressant, délirant, ou encore « ciao » : à bientôt. Fanny L'abbé a publié en 2006 un lexique inspiré de jeunes Montréalais de l'est de plus de 17 ans. On y retrouve aussi des surnoms comme « ti-kid ou ti-cul » : un jeune, « yoyo » : adepte de la culture Hip-Hop, « licheux » : individu qui espère avoir une certaine faveur.

Au plaisir d'échanger avec vous !

Francine Lavoie et Félix Joyal-Lacerte  
École de psychologie de l'Université Laval

## Références

- L'Abbé, F. (2006). Description du lexique appartenant au vernaculaire des jeunes adultes de 17 à 25 ans habitant dans les quartiers est de Montréal. Mémoire de maîtrise, Université du Québec à Montréal, Montréal, Canada.
- Lavoie, F., Hotton-Paquet, V., Laprise, S., & Joyal Lacerte, F. (2009). ViRAJ : Programme de prévention de la violence dans les relations amoureuses chez les jeunes et de promotion des relations égalitaires. Deuxième édition révisée. ISBN 978-2-9801676-8-3. Québec : Université Laval, 132 pages.
- Sperber, D., & Wilson, D. (1995). Relevance: Communication and cognition (2nd ed.). Oxford: Blackwell. Consulté à <http://www.archipel.uqam.ca/2051/1/M9152.pdf>

## **Changer les attitudes des jeunes face à la violence et aux relations égalitaires dans leur relation amoureuse: un réel défi pour les programmes de prévention! Capsule 7, ViRAJ 20 ans.**

---

12 Juin 2014

**Changer les attitudes des jeunes face à la violence et aux relations égalitaires dans leur relation amoureuse: un réel défi pour les programmes de prévention!**

**Plusieurs raisons incitent à laisser une large place à la discussion concernant nos attitudes :**

- Nos attitudes influencent nos comportements,
- Des attitudes d'acceptation de la violence sont retrouvées chez les jeunes exerçant de la violence au sein de leurs relations amoureuses (Basile et al., 2013 ; Sears & Byers, 2007) et aussi chez des victimes (Vézina & Hébert, 2007),
- Plusieurs jeunes, même parmi ceux qui ne sont pas violents, ont une vision de tolérance de la violence qui les amène à ne rien faire pour changer la situation (Institute of Prevention, 2007),
- Des attentes trop élevées, voire même stéréotypées, sur la sexualité peuvent mener à accepter des comportements ne nous convenant pas et même de la violence sexuelle.

**Les programmes doivent favoriser l'émergence d'attitudes positives et encourager de nouvelles normes de comportement. Par exemple :**

- Dans une relation de couple égalitaire, les partenaires ont les mêmes droits et disposent de la même liberté d'agir et de penser.
- L'importance d'aider les victimes ET les agresseurs dans notre entourage,
- C'est la responsabilité de chacun de s'impliquer socialement pour que cessent la violence et les conditions l'encourageant,
- Le rappel, qu'en fait, la majorité des jeunes ont des relations saines et égalitaires et qu'ils sont contre la violence.

**Voici des attitudes à modifier :**

- L'espérance ou l'attente qu'il ou qu'elle va changer...
- Le fait d'accepter la violence comme mode normal de résolution des conflits,
- Blâmer la victime et ne pas attribuer de responsabilité à l'agresseur,
- Attribuer le geste violent à la consommation d'alcool ou de drogue,
- Avoir une vision stéréotypée des hommes et des femmes (hommes actifs et devant contrôler, femmes compréhensives et appréciant la soumission) menant à limiter leurs choix de vie et activités,
- Voir le pouvoir comme étant essentiellement un contrôle sur les autres,
- Se sentir obligé/e d'être en couple ou d'avoir des relations sexuelles,
- Éviter de dénoncer la violence par respect de la vie privée.

Ainsi, on pourra remettre en question des idées comme celles-ci : « *Vaut mieux avoir un chum violent que pas de chum du tout* » ou « *Un bon chum est celui qui prend charge de tout dans la relation et une bonne blonde est celle qui n'exprime pas toutes ses idées devant son chum* » ou « *Au moins, il ne me frappe pas* » ou encore « *L'agression sexuelle d'une fille envers un gars n'existe pas vraiment, car les gars désirent toujours avoir une relation sexuelle* ».

**Est-ce possible de modifier ces attitudes dans des programmes ?** Plusieurs études ont montré que des programmes de prévention dans les écoles fondés sur le changement d'attitudes, tels que [ViRAJ](#), contribuent à diminuer la violence ou les attitudes d'acceptation de celle-ci (Foshee et al., 1998 ; Lavoie, Boivin, Trotta & Perron, 2011).

**Présenter des scénarios de relations amoureuses saines et sans violence permet de créer de nouvelles normes et de donner un modèle du comportement à adopter.** Ce type d'approche facilite l'écoute du message par les garçons, qui peuvent se sentir blâmés ou jugés lorsqu'il est question de violence dans les relations amoureuses (Prevention Institute, 2007). Le [programme ViRAJ](#) a comme caractéristique de présenter des alternatives positives à différents scénarios de relations amoureuses où l'on retrouve de la violence psychologique et sexuelle.

Voici une [affiche](#) qui pourrait vous être utile.

Francine Lavoie et Catherine Ruel  
École de psychologie de l'Université Laval

## Références

- Basile, K.C., Hamburger, M.E., & Swahn, M.H. (2013). Sexual violence perpetration by adolescents in dating versus same-sex peer relationships: Differences in associated risk and protective factors. *Western Journal of Emergency Medicine*, 2013 14(4), 329-340. doi:10.5811/westjem.2013.3.15684
- Foshee, V.A., Bauman, K.E., Arriaga, X.B., Helms, R.W., Koch, G.G., & Linder, G.F. (1998). An evaluation of Safe Dates, an adolescent dating violence prevention program. *American Journal of Public Health*, 88(1),45-50.
- Lavoie, F., Boivin, S., Trotta, V., & Perron, G. (2011). Évaluation de ViRAJ. Rapport technique no.2. Impact du programme révisé de prévention de la violence dans les couples adolescents chez des élèves de 15 et 16 ans : leurs connaissances, l'effet du passé de violence et analyse fine des changements d'attitudes. Document inédit, Entraide Jeunesse Québec, Québec, Canada.
- Sears, H.A., Byers, S.E., & Price, L.E. (2007). The co-occurrence of adolescent boys' and girls' use of psychologically, physically, and sexually abusive behaviours in their dating relationships. *Journal of Adolescence*,30(3), 487-504.
- Prevention Institute. (2007). *Poised for prevention: Advancing promising approaches to primary prevention of Intimate Partner Violence*. Oakland, California.
- Vézina, J., & Hébert, M. (2007). Risk factors for victimization in romantic relationships of young women: A review of empirical studies and implications for prevention. *Trauma, Violence, & Abuse*, 8(1), 33-66. doi: 10.1177/1524838006297029

## Sexe, alcool et drogues: un cocktail risqué! Capsule 8, ViRAJ 20 ans

---

19 Juin 2014

En période de croissance et de développement, il est juste de dire que les jeunes tentent régulièrement de nouvelles expériences, sans trop considérer les risques ou conséquences possibles. Cela est particulièrement vrai pour la consommation de substances psychoactives (SPA). Selon une récente enquête québécoise (Laprise, Gagnon, Leclerc, & Cazale, 2012), 60% des jeunes de niveau secondaire, garçons et filles confondus, auraient déjà consommé de l'alcool et environ le quart (26%) des drogues au cours des 12 derniers mois. Par ailleurs, ces pourcentages augmentent avec l'âge. On ajoute à ce cocktail la découverte de la sexualité qui arrive souvent durant cette même période. Des questions surgissent alors sur le consentement à un contact sexuel en présence de consommation de SPA ? Si une personne exprime avoir du désir sexuel envers une autre personne, il demeure primordial d'avoir son consentement avant de passer à l'acte. Or, la perception du consentement est parfois biaisée chez les jeunes qui consomment des SPA.

Pour l'intervenant/e, il importe de considérer dans son évaluation d'une situation la consommation d'alcool et de drogues comme facteurs potentiellement aggravants des comportements violents. On estime en effet à 50% le taux d'agresseurs sexuels adolescents ou adultes ayant consommé de l'alcool avant l'agression sexuelle (Tourigny & Dufour, 2000). **Il faut néanmoins combattre l'idée que c'est la consommation de SPA qui cause l'agression sexuelle.** En ce qui concerne l'agression sexuelle dans un cas d'intoxication, elle ne se limite pas seulement au fait de faire consommer une personne à son insu dans le but d'avoir des faveurs sexuelles, mais elle comprend aussi la tentative ou l'insistance à avoir une relation sexuelle avec une personne en état d'ébriété. Une personne ne peut donc pas consentir à avoir une relation sexuelle du point de vue légal lorsqu'elle est ivre ou « gelée ». Cette consigne demeure vraie même si les deux personnes ont consommé, ce qui est souvent incompris par les jeunes et même utilisé parfois comme justification. **Une idée à remettre en cause est que la victime d'agression en est en partie responsable si elle a consommé des SPA.**

Il faut également entrevoir l'influence de la consommation de SPA sur tous les types de violence au sein du couple. La proportion d'adolescents, cibles ou auteurs de violence dans leurs relations amoureuses, et ce, sans égard au type de violence, augmente en effet avec la fréquence de la consommation et l'existence de problèmes de consommation non seulement d'alcool, mais aussi de cannabis (Bernèche, 2014). Selon cette enquête, **les jeunes vivant le plus de violence sont ceux et celles qui consomment de façon importante des drogues et de l'alcool en plus de drogues.**

Il importe de bien distinguer la consommation d'alcool de la consommation de drogues avec les jeunes. Bien que ses effets soient parfois similaires (désinhibition), il n'en reste pas moins que seules la consommation et la vente d'alcool sont légales à partir de 18 ans au Canada. De surcroît, les conséquences peuvent donc se voir multipliées au niveau légal lorsque des comportements violents sont reliés à la consommation de drogues.

Une étude réalisée à Ottawa en 2011, suite au viol d'une étudiante, explore les liens entre la violence sexuelle, l'alcool et la drogue chez les jeunes. Cette recherche expose certaines recommandations intéressantes pour les intervenants/es des secteurs jeunesse. En plus de souligner qu'une approche de concertation s'impose entre les partenaires en prévention, on y suggère la nécessité d'une éducation sur la consommation responsable et l'importance de remettre en question les normes étudiantes sur la surconsommation d'alcool.

Au-delà de la loi, il y a aussi les émotions et les désirs. L'alcool et les drogues peuvent aider les jeunes à faire les premiers pas et à parler aux autres lors des soirées ou d'un party. Ils peuvent également susciter des rapprochements, allant parfois jusqu'à la relation sexuelle. Tout semble alors moins gênant et tabou! Mais...la capacité sexuelle diminue rapidement et le sens des valeurs ainsi que le jugement sont perturbés (Gouvernement du Québec, 2005). On devient sujet à des comportements sexuels plus à risque, on évalue moins bien une situation, on voit des invitations sexuelles là où il n'y en pas, on réagit avec colère si on se pense manipulé par la personne qui refuse le contact sexuel et on peut moins bien se retirer d'une situation jugée indésirable. **Bref, il vaut parfois mieux attendre au lendemain avant de pouvoir consentir à avoir un rapport sexuel et les sensations risquent tout simplement d'être amplifiées pour les partenaires.** Attention : pour espérer que la relation puisse se poursuivre avec l'autre, il ne faudrait pas devoir regretter certains de ses gestes commis la veille...Oups!

Pour une vignette sur alcool et relation sexuelle, voir le [programme PASSAJ](#) (Rencontre 2 La violence sexuelle, p.19 et suivantes) et pour des informations sur le consentement, voir le [programme VIRAJ](#) (p.110 et suivantes).

Au plaisir de pouvoir échanger avec vous!

Une nouveauté : Voyez notre affiche « EN AMOUR ON A LE DROIT : d'exprimer son désir sexuel et de mettre ses limites sur le plan sexuel » visant la promotion des relations égalitaires chez les jeunes. Vous pouvez l'imprimer gratuitement à partir de ce lien : <https://www.viraj.ulaval.ca/sites/viraj.ulaval.ca/files/limites.pdf>

La prochaine capsule sera envoyée en août. Merci de faire circuler nos informations et bon été,

Félix Joyal-Lacerte et Francine Lavoie  
École de psychologie de l'Université Laval

## Références

Bernèche, F. (2014). *La violence dans les relations amoureuses chez les jeunes : des liens avec certains comportements à risque?* Des résultats tirés de l'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2010-2011. *Zoom santé*, mai, numéro 14, 1-16. Québec : Institut de la statistique du Québec. Repéré à [http://www.bdso.gouv.qc.ca/docskan/multimedia/PB01600FR\\_Zoomsante44\\_2014H00F00.pdf](http://www.bdso.gouv.qc.ca/docskan/multimedia/PB01600FR_Zoomsante44_2014H00F00.pdf)

La direction des communications du ministère de la Santé et des Services sociaux. (2005). *Les jeunes et l'alcool*. Gouvernement du Québec. Repéré à [http://www.aitq.com/pdf/outils/Les\\_jeunes\\_et\\_l\\_alcool.pdf](http://www.aitq.com/pdf/outils/Les_jeunes_et_l_alcool.pdf)

Laprise, P., Gagnon, H., Leclerc, P., & Cazale, L. (2012). « *Consommation d'alcool et de drogues* ». Dans L'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire 2010- 2011. Le visage



des jeunes d'aujourd'hui : leur santé physique et leurs habitudes de vie, Québec, Institut de la statistique du Québec, tome 1, chapitre 7, p. 169-207.

Lavoie, F., Hotton-Paquet, V., Laprise, S., & Joyal Lacerte, F. (2009). *ViRAJ : Programme de prévention de la violence dans les relations amoureuses chez les jeunes et de promotion des relations égalitaires*. Deuxième édition révisée. ISBN 978-2-9801676-8-3. Québec : Université Laval, 132 pages.

Lavoie, F., Pacaud, M.-C., Roy, M., & Lebossé, C. (2007). *PASSAJ : Programme de prévention et de promotion traitant de la violence dans les relations amoureuses et du harcèlement sexuel auprès des jeunes de 16-17 ans*. Deuxième édition. ISBN 13 978-2-9801676-6-9. Sainte-Foy : Université Laval, 193 pages.

Prévention du crime Ottawa, Ottawa Rape Crisis, COCVFF & Johnson, H. *Se consacrer à la prévention : Violence sexuelle, jeunesse et alcool*. Repéré à [http://www.crimepreventionottawa.ca/uploads/files/initiative/executive\\_summary\\_revised\\_fr-august\\_9.pdf](http://www.crimepreventionottawa.ca/uploads/files/initiative/executive_summary_revised_fr-august_9.pdf)

Tourigny, M., & Dufour, M. (2000). *La consommation de drogues ou d'alcool en tant que facteur de risque des agressions sexuelles envers les enfants : une recension des écrits*. Gouvernement du Québec, ministère de la Santé et des Services sociaux. Repéré à <http://publications.msss.gouv.qc.ca/biblio/CPLT/publications/0400agres.pdf>

## **Le stress de la « performance » sexuelle: phénomène bien présent chez les jeunes! Capsule 9, ViRAJ 20 ans**

---

12 Août 2014

Les jeunes ne sont pas tous semblables en ce qui concerne leurs intérêts ou réactions face à la sexualité. Or les journaux parlent très souvent d'exemples extrêmes. Qu'en est-il? Comment se perçoivent-ils comme être sexuel ?

### **Il existerait 5 styles sexuels chez les 14-17 ans. Une classification faite en Australie a été proposée. Qu'en pensez-vous?**

-Le sexuellement naïf (25%) a une faible estime de soi au plan sexuel : il juge sa sexualité négativement, se voit comme peu attirant et ayant un corps pas assez mature. Il se sent peu efficace, ayant des difficultés à affirmer ses désirs ou à faire face à la contraception. Toutefois, il est très capable de refuser d'avoir des rapports sexuels non désirés. Il éprouve peu de désir et est très peu disponible à expérimenter. Il vit de l'anxiété.

-Le sexuellement pas assuré (17%) a, comme les sexuellement naïfs, une faible estime de soi au plan sexuel et se perçoit négativement par rapport à son apparence physique. Il se juge peu efficace à tous les plans y compris pour refuser un contact non désiré. Il se distingue par un intérêt modéré face à la sexualité, il veut explorer et éprouve du désir. Il vit de l'anxiété au plan sexuel.

-Le sexuellement compétent (28%) a une assez haute estime sexuelle, est confiant par rapport à son sex appeal et son corps. Il est confortable avec ses comportements sexuels. Il se voit comme bien efficace à exprimer ses désirs et refus, ainsi qu'à utiliser la contraception. Il est conscient de ses désirs, mais ils sont modérés, ainsi que son anxiété. Il affiche un intérêt pour la relation plus que pour la sexualité.

-Le sexuellement aventureux (15%) a une haute estime sexuelle. La perception de son image corporelle est fortement positive. Il a une confiance sexuelle dans tous les domaines. Il a peu d'anxiété face à la sexualité, un fort désir et un très grand intérêt à explorer. Il désire peu s'engager dans une relation.

-Le cinquième style est conduit par ses pulsions sexuelles (8%). Il a la plus haute estime de soi sexuelle, se jugeant attirant et confiant envers ses capacités. Il se voit modérément efficace au plan de la contraception et de l'expression de son désir, mais il semble ne pouvoir dire non à un contact sexuel. Il a de l'intérêt à explorer et présente le moins d'anxiété face à la sexualité. Il est par contre le moins orienté vers la création d'une relation. (Buzwell & Rosenthal, 1996)

Note : 7% des jeunes n'ont pas pu être classés dans un des cinq styles.

### **Le genre est aussi source de diversité. Voyons ce qu'il en est lors de la première relation sexuelle.**

Malgré ce que l'on peut penser, il y a encore des différences notables de satisfaction selon le genre alors que l'anxiété est bien présente, autant chez les garçons que chez les filles. De jeunes Américains de 18 à 25 ans ont parlé de leur première expérience qui s'est déroulée en moyenne à l'âge de 16 ans (Higgins et al., 2010). Les filles ressentent peu de satisfaction physique (25%) et un peu plus de satisfaction émotive (39%). Vivre cette première relation au sein d'une relation de couple augmente la satisfaction émotive de celles-ci. Les filles rapportent plus de culpabilité.

Les garçons sont nettement plus satisfaits tant au plan du plaisir physique (les 2/3) que de la satisfaction émotive (1/2).

**Conclusion.** On peut donc retenir que de nombreux adolescents vivent de l'anxiété dans le domaine sexuel, et ce, d'autant plus qu'ils ont accès plus que jamais à une plus grande diversité de modèles de sexualité, véhiculés par la pornographie. Ces questionnements sont normaux et il importe de rassurer les jeunes quant aux attentes élevées qu'ils ont face à la sexualité et particulièrement à la première relation sexuelle. Plusieurs élèves rejoints par un programme de prévention/promotion peuvent se juger très négativement, se considérant entre autres pas assez impliqués ou satisfaits sexuellement. Le fait de pouvoir aborder la sexualité avec des pairs dans un cadre dirigé facilite la discussion et la mise en perspective de leur vécu. Un programme comme ViRAJ offre une excellente occasion pour les 14-16 ans de développer une image plus positive d'eux-mêmes, en plus de réfléchir à la relation et non seulement à la sexualité. (voir page 70 de [ViRAJ](#), vignette sur la sexualité)

En lien avec le thème de cette capsule, voyez notre affiche « EN AMOUR ON A LE DROIT : d'exprimer son désir sexuel et de mettre ses limites sur le plan sexuel » visant la promotion des relations égalitaires chez les jeunes. Vous pouvez l'imprimer gratuitement à partir de ce lien : <https://www.viraj.ulaval.ca/sites/viraj.ulaval.ca/files/limites.pdf>

Francine Lavoie, Félix Joyal Lacerte et Guitté Hartog  
École de psychologie de l'Université Laval

## Références

- Buzwell, S., Rosenthal, D. (1996). Constructing a sexual self: adolescents' sexual self-perceptions and sexual risk-taking. *Journal of Research on Adolescence*, 6(4), 489-513.
- Higgings, J. A., Trussell, J., Moore, N. B., & Davidson, J. K. (2010). Virginity lost, satisfaction gained? Physiological and psychological sexual satisfaction at heterosexual debut. *Journal of Sex Research*, 47: 4, 384-394. doi: 10.1080/00224491003774792

# La violence dans les couples de même sexe existe aussi!

## Capsule 10, ViRAJ 20 ans

---

12 Septembre 2014

### La violence dans les couples de même sexe existe aussi!

Comme les adolescentes et les adolescents de leur âge, les jeunes gais, lesbiennes et bisexuelles, bisexuels peuvent vivre des difficultés dans leurs relations amoureuses. L'Enquête sur les parcours amoureux des jeunes Québécois de minorités sexuelles révèle des proportions importantes de jeunes ayant été victimes de violence psychologique, physique, sexuelle ou de menace à leur intégrité.

- 70 % des jeunes femmes et 58 % des jeunes hommes de minorités sexuelles en couple rapportent de la violence psychologique au cours de la dernière année.
- 19 % des jeunes femmes et 26 % des jeunes hommes de minorités sexuelles en couple rapportent de la violence physique au cours de la dernière année.
- 34 % des jeunes femmes et 25 % des jeunes hommes de minorités sexuelles en couple rapportent de la violence sexuelle au cours de la dernière année.
- 11 % des jeunes femmes et 14 % des jeunes hommes de minorités sexuelles en couple ont subi des menaces à leur intégrité au cours de la dernière année.

### Des défis spécifiques aux jeunes de minorités sexuelles

Non seulement les jeunes gais, lesbiennes et bisexuelles, bisexuels sont-ils exposés à la violence dans les relations amoureuses pour les mêmes raisons que les jeunes hétérosexuels, mais ils font également face à des défis qui sont spécifiques à leur orientation sexuelle. Cinq défis spécifiques peuvent être relevés.

- L'intériorisation des messages sociaux et culturels négatifs sur l'homosexualité et la bisexualité

D'abord, l'intériorisation des messages sociaux et culturels négatifs sur l'homosexualité et la bisexualité contribue à **un sentiment de honte et à une faible estime de soi** qui peut laisser croire aux jeunes qu'ils méritent la violence dont ils sont victimes. Cette intériorisation de messages négatifs contribue aussi à augmenter certains comportements qui sont associés à une plus grande exposition à la violence conjugale, comme la consommation d'alcool ou de drogues ou les difficultés relationnelles.

- La dissimulation de l'orientation sexuelle

Un autre facteur est la dissimulation de l'orientation sexuelle. L'acceptation et le dévoilement à autrui de son orientation sexuelle est un processus développemental qui prend du temps et qui repose en partie sur le soutien de l'entourage. Tous les jeunes de minorités sexuelles ne cheminent pas au même rythme dans ce processus. Par exemple, certains **préfèrent garder secrètes leurs relations amoureuses** avec des personnes de même sexe pour ne pas mettre en péril le soutien de leurs parents ou de leurs amis, ou pour éviter de s'exposer à l'intimidation et à l'homophobie. Dans ce contexte, l'orientation sexuelle constitue une information privilégiée, parfois secrète, que certaines personnes peuvent utiliser comme une arme contre leur partenaire

pour les obliger à faire des choses qu'ils ne souhaitent pas ou pour les obliger à rester avec eux alors qu'ils préféreraient mettre fin à la relation, etc. Encore peu de données sont disponibles sur cette forme de victimisation, mais des données américaines suggèrent que les jeunes bissexuelles, bisexuels seraient plus particulièrement touchés. L'une des explications possibles est que les jeunes en couple de même sexe sont plus susceptibles d'avoir dévoilé à leur entourage leur orientation sexuelle, alors que les jeunes bissexuelles, bisexuels peuvent être en couple avec une personne de l'autre sexe et n'avoir jamais dévoilé leur attraction envers les personnes de même sexe, les exposant ainsi à la menace de dévoilement.

- Le faible soutien social et l'isolement au sein de la relation amoureuse

Un troisième facteur de risque de violence dans les relations amoureuses spécifique aux jeunes de minorités sexuelles est le faible soutien social et l'isolement au sein de la relation amoureuse. Parce que les couples de même sexe ne trouvent pas toujours dans leur entourage le soutien et la validation de leur relation, **les partenaires représentent souvent, l'un pour l'autre, leur principale source de soutien social.** Dans les couples isolés ou vivant dans le secret, cette situation génère de grandes attentes entre les partenaires, dont la déception peut contribuer à un climat de tension et conduire à la violence.

- L'hésitation à chercher de l'aide

Plusieurs jeunes de minorités sexuelles hésitent à dévoiler des situations de violence dans leur relation amoureuse et à aller chercher de l'aide. Pour les jeunes qui vivent dans le secret, dévoiler des situations de violence équivaut à dévoiler leur orientation sexuelle, ce que plusieurs d'entre eux ne sont pas prêts à faire, en particulier lorsqu'ils ou elles sont encore incertains de leur orientation sexuelle. Une autre raison qui pousse au silence est la crainte de la discrimination : la peur du jugement sur l'orientation sexuelle ou des commentaires négatifs peut freiner la recherche d'aide des jeunes victimes de violence. Ils cherchent ainsi à **éviter la revictimisation** dont ils pourraient être victimes au sein des ressources d'aide.

- La faible exposition à des personnes en couple de même sexe ayant surmonté des relations marquées par la violence.

Malgré la visibilité grandissante des défis rencontrés par les personnes de minorités sexuelles, comme l'intimidation ou la reconnaissance des couples de même sexe, **il existe encore peu de modèles de couples de même sexe auxquels ces jeunes peuvent s'identifier.** Encore plus rares sont les modèles de personnes en couple de même sexe ayant surmonté des relations marquées par la violence. Or, de tels modèles pourraient donner aux jeunes l'espoir d'une relation amoureuse égalitaire et sans violence.

**Comment aider les jeunes de minorités sexuelles aux prises avec de la violence dans leur relation amoureuse?**

- Créer des ressources, des services et des programmes pour les jeunes de minorités sexuelles ou bonifier les ressources existantes pour les rendre plus inclusives.
- Cibler les facteurs de risque spécifiques aux jeunes de minorités sexuelles.

- Sensibiliser les jeunes de minorités sexuelles, la communauté gaie ainsi que les ressources en violence conjugale à l'ampleur du phénomène chez les jeunes de minorités sexuelles.
- Mobiliser les acteurs communautaires et institutionnels autour de la création d'une trajectoire de services et d'un réseau de soutien destinés aux jeunes de minorités sexuelles.
- Promouvoir l'inclusion de la diversité sexuelle ainsi que la sensibilité aux défis des jeunes de minorités sexuelles chez le personnel œuvrant dans les ressources en violence conjugale.

Martin Blais, département de sexologie, Université du Québec à Montréal, [blais.martin@uqam.ca](mailto:blais.martin@uqam.ca).

## Références

Cette capsule est inspirée de Blais, M., Hébert, H., Gervais, J., & Bergeron, F.-A. (à paraître). *Dating violence among sexual-minority youth (SMY) in the Western world. In Overcoming domestic violence: Creating a dialogue round vulnerable populations, Nova Science Pub.*

# Violence au sein du couple : Les réactions aidantes et nuisibles.

## Capsule 11, ViRAJ 20 ans

---

8 Octobre 2014

Les réactions de l'entourage, tant les amis que les parents, revêtent une grande importance pour un/e adolescent/e vivant de la violence dans une relation amoureuse. Certaines de ces réactions sont efficaces et aidantes, d'autres sont plutôt néfastes. On sait que les jeunes québécois se disent confiants à intervenir dans le cas de violence, mais cela ne veut pas dire qu'ils posent les bons gestes, de plus ils se trouvent moins à l'aise avec une personne violente (Van Camp et coll., 2014). Avoir en tête plusieurs exemples de bonnes réponses serait donc utile lorsque confrontés à ces situations. Les intervenants pourront partager ces idées avec les jeunes et les parents. Il existe plusieurs réactions aidantes et nuisibles, en voici un résumé.

Voir la liste page suivante

Bonne discussion avec les adolescents et adolescentes.

Francine Lavoie et Félix Joyal Lacerte  
École de psychologie de l'Université Laval

### Références

- Lavoie, F., & Vézina, L. (1996). *Formation destinée aux bénévoles des services d'écoute téléphonique*. Gouvernement du Québec, Ministère de la Santé et des Services Sociaux.  
Repéré à :  
[http://www.viraj.ulaval.ca/sites/viraj.ulaval.ca/files/formation\\_destinee\\_aux\\_benevoles\\_de\\_services\\_decoute\\_telephonique.\\_programme\\_de\\_prevention\\_de\\_la\\_violence\\_dans\\_les\\_relations\\_amoureuses\\_des\\_jeunes.\\_viraj.pdf](http://www.viraj.ulaval.ca/sites/viraj.ulaval.ca/files/formation_destinee_aux_benevoles_de_services_decoute_telephonique._programme_de_prevention_de_la_violence_dans_les_relations_amoureuses_des_jeunes._viraj.pdf)
- Van Camp, T., Hébert, M., Guidi, E., **Lavoie, F.**, & Blais, M. (2014). [\*Teens' self-efficacy to deal with dating violence as victim, perpetrator or bystander\*](#). *International Review of Victimology*.  
doi:10.1177/0269758014521741

**Tableau des réactions aidantes et nuisibles des intervenants envers les jeunes victimes de violence de la part de leur partenaire (Lavoie & Lacerte, 2014)**

**Face à la personne qui est la cible de violence**

<b>Réactions aidantes</b>	<b>Réactions nuisibles</b>
Écouter ce qu'elle a à dire sur la relation et sur la violence sans porter de jugement sur elle.	La juger négativement parce qu'elle n'est pas partie avant, parce qu'elle a enduré, parce que...
L'aider à mettre des mots sur ce qu'elle vit comme violence.	Ne rien dire sur la violence.
Croire ce que la personne raconte et la soutenir.	Ne pas s'en mêler, sous prétexte que ça ne nous concerne pas, que ce n'est pas notre problème.
Lui confirmer qu'aucune personne ne mérite la violence et ne pas la considérer comme étant en partie responsable.	Lui laisser entendre qu'elle a dû provoquer, qu'elle a sa part de responsabilité dans ce qui lui est arrivé, bref, la responsabiliser et la culpabiliser encore plus.
Lui laisser prendre ses décisions.	Mettre beaucoup de pression pour qu'elle rompe la relation ou pour qu'elle porte plainte.
Faire preuve de patience, respecter le rythme de son cheminement.	Être impatient-e devant son rythme à comprendre et à changer.
Accepter les émotions qu'elle exprime dont l'ambivalence.	L'empêcher d'exprimer les émotions négatives qu'elle vit, sous prétexte qu'il ne faut pas vivre dans le passé ou que ce n'est pas bon pour elle.
L'aider à imaginer un scénario de protection en cas d'explosion de violence, ou un scénario de rupture.	Avoir une pensée magique que tout ira bien et qu'il n'y aura plus de violence.

**Tableau des réactions aidantes et nuisibles des intervenants envers les jeunes exerçant de la violence envers leur partenaire (Lavoie & Lacerte, 2014)**

**Face à la personne qui exerce de la violence**

<b>Réactions aidantes</b>	<b>Réactions nuisibles</b>
Dire qu'un geste est de la violence.	Ne rien dire et tolérer.
Oser porter un jugement négatif sur l'acte violent et non sur l'individu.	Juger négativement la personne.
Se rapprocher de la personne, se montrer présent et disponible, ne pas la laisser tomber.	Rejeter la personne. Lui faire sentir qu'elle n'en vaut pas la peine.
Dire à la personne qu'elle est responsable de sa violence.	Le déresponsabiliser. Considérer quelque chose d'extérieur (l'alcool par exemple) comme possible cause (explication).
L'encourager à changer. Lui dire que si elle a appris à être violente, elle peut aussi apprendre à agir autrement.	Lui dire qu'elle a eu une réaction normale, qu'elle n'a pas besoin de changer.
Lui proposer une ressource pouvant l'aider (aide téléphonique anonyme ou intervenant connu).	Critiquer les ressources disponibles et lui faire craindre de consulter.



# La lutte à la violence, c'est l'affaire des hommes aussi ! Capsule 12, ViRAJ 20 ans

---

14 Novembre 2014

La lutte à la violence, c'est l'affaire des hommes aussi !

Dans cette capsule : 1) une vidéo de témoignages d'hommes québécois et 2) le texte d'un journaliste suite à l'affaire Ghomeshi ayant généré une vague de dénonciations par des femmes au Canada et au Québec.

## 1. Une vidéo dans le cadre de la campagne Ruban Blanc

Trop peu connue par les jeunes québécois, la « Campagne Ruban Blanc » est le plus grand mouvement mené par des hommes pour lutter contre la violence envers les femmes sous toutes ses formes. Fondée en 1991, suite à la tuerie de l'École Polytechnique (Montréal) où 14 jeunes femmes ont été assassinées le 6 décembre 1989, la campagne du Ruban Blanc est désormais présente dans plus de 60 pays à travers le monde. En portant le ruban blanc, les hommes s'engagent à ne jamais commettre, garder sous silence ou fermer les yeux devant la violence envers les femmes.

Au Canada, cette campagne débute le **25 novembre**, journée internationale de la violence à l'égard des femmes, et se termine le **6 décembre**, journée nationale de commémoration et d'action contre la violence faite aux femmes au Canada. Au Québec, les rubans sont distribués par les Afeas. Et bien sûr, tout le monde peut porter un ruban.

Voici une courte vidéo, réalisée au Québec en 2013 par La Séjournelle, mettant en vedette 14 hommes de la région de la Mauricie expliquant ce que représente pour eux le port du ruban blanc : Pourquoi ne pas l'utiliser en classe ou dans des groupes de jeunes ? [http://www.youtube.com/watch?v=BHDjyra\\_MsE](http://www.youtube.com/watch?v=BHDjyra_MsE)

Vous trouverez des informations supplémentaires sur le site officiel (anglais) de la campagne : <http://www.whiteribbon.ca/>

## 2. Un texte qui interpelle tous les hommes

Le journaliste Patrick Lagacé du journal La Presse relance les hommes québécois en leur donnant un projet : sonder cinq femmes de leur entourage sur leurs expériences de harcèlement ou d'agression sexuelle ou leur peur d'en vivre. Excellent [texte](#) pour sensibiliser les jeunes hommes même les plus réticents à aborder ce thème.

Ceci démontre bien l'importance d'inclure les hommes dans les plans de lutte à la violence et de ne pas sous-estimer les effets de leur engagement pour la cause.

Merci à tous ces hommes.

Francine Lavoie, Catherine Ruel et Félix Joyal Lacerte.  
École de psychologie de l'Université Laval

## Références

Lagacé, P. (2014, 1<sup>er</sup> novembre). Parce que c'est compliqué ? *La presse*. Repéré à : <http://www.lapresse.ca/debats/chroniques/patrick-lagace/201411/01/01-4814760-parce-que-cest-complique.php>

La Séjournelle. (2013, 25 novembre) *Avec la séjournelle 14 hommes portent le ruban blanc* [Document Vidéo]. Consulté à : [http://www.youtube.com/watch?v=BHDjyra\\_MsE](http://www.youtube.com/watch?v=BHDjyra_MsE)

White Ribbon. Consulté à: <http://www.whiteribbon.ca/>

## Le Sexting à l'adolescence. Capsule 13, ViRAJ 20 ans

---

10 Décembre 2014

Le sexting, l'envoi ou la réception de textes ou de photos sexuellement explicites par l'entremise de cellulaires ou autres médiums électroniques, suscite bien des questions et on n'a pas fini d'en parler. Les intervenants jeunesse intéressés à discuter de relations interpersonnelles harmonieuses et sans violence doivent donc être davantage informés sur ce phénomène et pouvoir prendre position face aux adolescents. Il est connu que le nombre de personnes faisant du sexting est plus élevé chez les adultes que chez les adolescents (Klettke, Hallford, & Mellor, 2014), ainsi certains intervenants choisiront possiblement d'en faire dans leur vie privée. Une minorité d'entre eux sera d'opinion que ce serait approprié pour bien du monde, or il faut s'interroger sur l'à-propos de ces échanges à l'adolescence. On peut postuler qu'il y a moins d'impacts négatifs à l'âge adulte, quoiqu'il puisse y avoir des effets négatifs sur la réputation et la diffusion imprévue en particulier de son image. À l'adolescence, vu le contexte légal associant images de mineurs dénudés et exploitation sexuelle, il est clair que les retombées négatives sont potentiellement plus élevées en termes de poursuite et de dossier criminel. L'impulsivité de l'adolescence et les comportements d'intimidation et de rumeurs peuvent ajouter aux difficultés. Au Canada, le Centre canadien de protection de l'enfance a même choisi de nommer ce phénomène de *l'auto-exploitation juvénile*, pour souligner les aspects négatifs de ce comportement, expression que plusieurs jeunes contestent lorsqu'ils créent eux-mêmes les images.

On peut d'abord se demander si ce phénomène touche plusieurs adolescents. Il s'avère qu'il y en a suffisamment pour devoir en parler avec eux, sans que cela concerne une majorité. **Certains jeunes ne se voient vraiment pas poser ces gestes.** On a toutefois peu de données canadiennes ou québécoises. Une recension d'enquêtes américaines sur des échantillons représentatifs estime qu'environ 10 % des adolescents envoient des textes ou des photos suggestives et que 15 % en reçoivent (Klettke, Hallford, & Mellor, 2014). Au Québec, des données exploratoires (Lavoie, 2014) sur des échantillons d'élèves de 14 à 18 ans de la ville de Québec sont disponibles, en ce qui touche plus précisément les photos ou vidéos. En 2010, 6 % des adolescents en envoyaient alors qu'en 2013, 13 % le font et en particulier les filles (20 % des filles pour 7 % des garçons). Il y a, en 2013, nudité totale ou exposition des organes génitaux dans le tiers des envois et dans 44 % des sextos photos reçus. De plus, recevoir des sextos photos est devenu assez courant, puisque le tiers des jeunes élèves en ont reçu.

**Il reste à savoir si le sexting photos est un médium de communication acceptable et sain dans une perspective de promotion des relations égalitaires entre les jeunes?** Des jeunes vont vous dire qu'il s'agit d'un *cadeau sexuel* à leur amoureux ou amoureuse ou d'une bonne façon de se faire remarquer par un partenaire potentiel et ils en sont satisfaits. Ce comportement amène par ailleurs des adolescents à redéfinir l'infidélité, certains affirmant que si on ne touche pas l'autre personne tout en échangeant des sextos photos, on demeure *fidèle* à son amoureux. Cette définition de la fidélité n'est pas nécessairement partagée!

Des jeunes peuvent par ailleurs vivre des pressions à envoyer un sexto comme preuve d'amour ou de virilité. Il s'agit alors d'exploitation et de relations malsaines. Le sexting de vengeance peut quant à lui se produire dans un contexte de conflit ou de rupture amoureuse. La menace ou le fait d'afficher en ligne ce qui a été révélé ou vécu dans un contexte d'intimité (distribution non-consensuelle) est une forme d'intimidation qui est punissable depuis les récentes mises à jour au

Code criminel canadien <sup>1</sup> (les articles 162 : voyeurisme, 163 : publication obscène, 264 : harcèlement criminel, 346 : extorsion et 298 à 300 : libelle diffamatoire). Ces situations de transmission devraient être évitées.

Il est aussi souligné que cette circulation d'images semi-dénudées ou dénudées encourage, surtout chez les filles, l'idée qu'il faut paraître sexy ou qu'il faut un corps de vedette porno, ce qui en soi crée des malaises. Le projet **egirlsproject.ca** suscite la critique de cet univers de pression et donne à penser à d'autres images à partager.

On s'inquiète d'autre part de la mauvaise compréhension par les adolescents des limites à la confidentialité des images qu'ils mettent sur internet. Il y a toutefois un dilemme, en ce sens qu'ils sont en fait intéressés à protéger leur vie privée comme ils le montrent en ayant des adresses internet cachées de leurs parents ou enseignants et en effaçant leur histoire de navigation (Steeves, Milford, & Butts, 2010). Par contre, le désir de bien paraître ou de séduire leur fait prendre le risque de faire circuler des photos nues ou semi-dénudées d'eux-mêmes sur internet ou de les afficher sur Facebook. Ce dilemme face au comportement sécuritaire mérite aussi discussion. Une piste de discussion est la capsule-vidéo de prévention néerlandaise qui montre qu'un jeune ne sait souvent pas à qui il adresse ses sexto : <http://www.youtube.com/watch?v=uvAgjVDcoOY>.

En conclusion, les intervenants peuvent inciter les jeunes à ne pas **envoyer** de telles photos, mais aussi à ne pas en **demander**, surtout d'une personne qu'on dit aimer et respecter. En fait, les seules photos à envoyer sont celles que l'on distribuerait sans gêne dans la cour de l'école, au travail ou à nos parents. Voir aussi des suggestions de *selfies* (exemples d'autres images à envoyer) du Groupe Chainsmokers dans leur vidéo de la chanson # SELFIE (site [egirlsproject.ca](http://egirlsproject.ca)).

Vous retrouverez en 2015 d'autres capsules puisque nous avons décidé de poursuivre ces échanges. Nous remercions toutes les personnes qui ont soutenu ce projet en 2014.

Joyeuses fêtes,

Francine Lavoie et Félix Joyal Lacerte  
École de psychologie de l'Université Laval

## Références

Klettke, B., Hallford, D., & Mellor, D. J. (2014). Sexting prevalence and correlates: A systematic literature review. *Clinical Psychology review*, 34, 44-53.

Lavoie, F. (2014). *Quelques données québécoises sur le sexting à l'adolescence*. Repéré à <https://www.viraj.ulaval.ca/fr/sexting>

Ministère de la Justice. (2014). *Codification: Code Criminel*. Repéré à <http://laws-lois.justice.gc.ca/PDF/C-46.pdf>

Steeves, V., Milford, T., & Butts, A. (2010). *Summary of Research on Youth Online Privacy*. Office of the Privacy Commissioner of Canada. Ottawa, Ontario. Repéré à <http://egirlsproject.ca/research/>

## Rappel des activités réalisées pour Les 20 ans de ViRAJ 1994-2014

**ViRAJ**, le programme de prévention de la violence dans les relations amoureuses chez les jeunes et de promotion des relations égalitaires est toujours d'actualité!

Diffusé pour la première fois en 1994 et revu entièrement en 2009, ce programme aide de nombreuses écoles et organismes à enrichir leur plan de lutte contre la violence et l'intimidation.

Afin de célébrer les **20 ans** de **ViRAJ**, nous vous convions à assister au cours de l'année 2014 à des activités et à consulter nos capsules d'information. Nous mettrons ainsi en valeur des travaux et réflexions de l'équipe **ViRAJ**.

**Francine Lavoie** en partenariat avec l'organisme communautaire **Entraide Jeunesse Québec**.

### Activités 2014

#### Diffusion de 13 Capsules pour les intervenants

##### Conférence grand public :

**MERCREDI 21 MAI, 19h30-21h : Conférence publique de l'université féministe d'été:**

**Francine Lavoie** (Université Laval) : Détresse ou enchantement : la sexualité de 8 ans à 18 ans

**Sandrine Ricci** (Université du Québec à Montréal) : Quand le «droit au sexe» des hommes rime avec l'injonction à la libération sexuelle des femmes

Séance présidée par **Huguette Dagenais** (Université Laval).

Pavillon Palasis-Prince, salle 0610 (salle IBM), Université Laval

#### **Guide d'accompagnement (3e édition) pour le document vidéo " J'appelle pas ça de l'amour":**

Nouvelle offre du document vidéo « J'appelle pas ça de l'amour...» et du Guide d'accompagnement de la vidéo à prix réduit (15\$ plus taxe et transport). Ce document vidéo, utile pour les intervenants et les parents, présente une série de témoignages de jeunes adolescentes victimes de violence au sein de leurs relations amoureuses et de copains les ayant soutenues. On en tire des enseignements encore bien actuels sur les émotions ressenties et les meilleures façons d'aider les victimes et les agresseurs. Notez que le guide est accessible gratuitement sur le site, pour y avoir accès, [cliquez ici](#).

#### **Symposium :**

*Je t'aime un peu, beaucoup, passionnément, à la folie - Promouvoir les relations harmonieuses sans violence chez les jeunes : Leçons apprises des 20 ans de ViRAJ.* Dans le cadre du 36 ième congrès de la Société québécoise de recherche en psychologie, Montréal, 28-30 mars 2014. Invités du Québec et de France.

## Lancement :

[Une version en espagnol de ViRAJ.](#)

## Cocktail :

**JEUDI 22 mai 17-19h : Réception dans le cadre de l'université féministe d'été**  
Lancement numéro de la Revue *Recherches Féministes*. Célébration des 20 ans du programme ViRAJ (sur la prévention de la violence dans les relations amoureuses des jeunes). Présentation de livres de la maison d'édition Remue-ménage. Pavillon Palasis-Prince, salle 0610 (salle IBM), Université Laval

Montréal, le 6 février 2014, à l'UQAM par l'équipe Évissa

## Affiches:

Vous pouvez imprimer et diffuser ces affiches en lien avec le programme ViRAJ et ses valeurs. Elles seront utiles en classe lors de l'animation de ViRAJ, mais aussi dans divers milieux afin de sensibiliser. Nous remercions les divers concepteurs pour leurs réalisations.



L'[affiche](#) indique : " En amour, on a le droit de mettre ses limites sur le plan sexuel et d'exprimer son désir sexuel".



L'[affiche](#) indique: " En amour, on a le droit de recevoir attention et affection, d'être respecté/e, de maintenir ses amitiés".



L'[affiche](#) indique: " Entre amoureux ou ex-amoureux, on a le droit de ne pas voir ce qui a été vécu ou révélé se transformer en rumeur".



L'[affiche](#) indique : "Ensemble pour des relations amoureuses harmonieuses et égalitaires".