

# Fiche parents et tuteurs.trices

10<sup>e</sup> année - 2024-25

## CASSER LE CYCLE DE VIOLENCE

### Le iceberg de la violence



Le **iceberg de la violence** est un outil visuel pour mieux comprendre d'où vient la violence et pourquoi elle reste un tel problème dans notre société.

Le iceberg présente en deux parties la violence dans notre société. En effet, seulement une minime partie du iceberg est visible comme la violence. Ce visuel nous aide à mieux comprendre les sources et ce qui maintient la violence dans notre société.

Dans la partie cachée (ce qu'on ne voit pas), on trouve les actions qui sont normalisées et qui contribuent à la culture de la violence. Cette culture mène à des actions illégales considérées plus "extrêmes", la partie visible de l'iceberg. En d'autres mots, la base de l'iceberg alimente les formes de violence au sommet.

Les actes de violence physique ou les violences extrêmes que l'on voit, par exemple, dans l'actualité, ne sortent pas de nulle part. Pour que quelqu'un en arrive au point de tuer, d'agresser sexuellement ou de blesser quelqu'un, cela a été précédé par des formes subtiles de violence. Ce sont les racines de la violence. Pour prévenir la violence, nous devons déraciner les attitudes, les normes et les actions subtiles qui se trouvent à la base de la base du iceberg et qui permettent à la violence de s'intensifier.

### COMMENT ABORDER LES STÉRÉOTYPES ET LES NORMES AVEC MON JEUNE ?

Pour commencer, il est important que vous soyez capable de reconnaître les stéréotypes liés au genre, à l'origine ethnique, à la religion, à l'orientation sexuelle et/ou à l'identité, à la culture et à tout autre marqueur d'identité. Vous pouvez consulter les ressources à la fin de cette fiche pour plus d'informations à ce sujet. Lorsque nous sommes capables d'identifier un stéréotype, nous sommes capables de comprendre les normes (attentes) qui lui sont associées : par exemple, le stéréotype selon lequel « les femmes sont plus émotives que les hommes » renforce la norme sociale selon laquelle les hommes devraient occuper des postes de direction et les femmes devraient rester dans le secteur des soins, des pairs ou à domicile.

### DÉCONSTRUIRE LES STÉRÉOTYPES

Par exemple : « Les Asiatiques sont tous bons en maths »

- Demandez à votre adolescent.e de comparer le commentaire en question ou le personnage stéréotypé qu'il voit à la télévision avec des personnes qu'il connaît dans la vraie vie. Comment sont-ils différents ?
- Déconstruire les stéréotypes : « Oui, les Asiatiques peuvent être bons en maths mais il peut être préjudiciable de supposer qu'ils sont tous bons car cela peut affecter l'estime de soi et la confiance en soi d'une personne Asiatique qui est moins bonne en maths ».
- Expliquez que les stéréotypes sur un groupe affectent la façon dont les membres du groupe sont traités et perçus (y compris par nous-mêmes !).
- Enfin, c'est une excellente occasion de mettre en évidence la tolérance zéro pour les stéréotypes dans votre ménage.

## QU'EST-CE QUE LA CULTURE DU VIOL ?

La culture du viol est l'ensemble des comportements et des discours, tant dans les médias que dans des contextes privés, qui normalisent, banalisent ou tolèrent le viol et les agressions sexuelles. En bref, ces discours répandus communiquent qu'un comportement sexuellement agressif est acceptable.

La culture du viol prend différentes formes. Cela inclut le processus par lequel les victimes de violence sexuelle sont réduites au silence, moquées, blâmées ou méfiées. Au Canada, 1 femme sur 3 et 1 homme sur 8 subiront une agression sexuelle au cours de leur vie, mais il est très courant que les victimes ne soient pas cru lorsqu'elles parlent de leur expérience d'agression. Leur comportement, leurs tenues, leur consommation d'alcool, leurs réactions aux agressions (etc.) sont scrutés au point de remettre en cause la véracité et la crédibilité de leur témoignage. À l'inverse, les commentaires sur les agresseurs sont souvent défensifs et/ou indulgents.

La culture du viol est aussi la banalisation de l'agression. Cela signifie, par exemple, normaliser les mains errantes ou les commentaires sexistes d'un.e employeur.e ou d'un parent, au lieu de tenir ces personnes responsables de leurs actes injustifiables.

Tout cela contribue à une culture dans laquelle les expériences des victimes-survivantes sont banalisées et les agresseurs ne sont pas tenus responsables de leurs actions conséquentes.

## LUTTER CONTRE LA CULTURE DU VIOL : LA CULTURE DU CONSENTEMENT

La culture du consentement place le consentement au premier plan de toute conversation. L'apprécie et en discute ouvertement. Dans cette culture, on remet en cause les stéréotypes et les blagues de toutes sortes, les victimes de violences sont crues et les agresseurs sont tenus responsables.

## COMMENT LUTTER CONTRE LA CULTURE DU VIOL ET PROMOUVOIR LA CULTURE DU CONSENTEMENT EN TANT QUE PARENT ?

- Enseignez que chaque émotion, instinct et expérience vécue est important et valable, et que tout le monde mérite d'être écouté. Ceci est particulièrement important dans un contexte où les jeunes garçons sont amenés à croire qu'aucune émotion n'est acceptable autre que la colère. En enseignant cela, on décourage les garçons et les hommes de normaliser les attitudes agressives et empêche les filles et les femmes de céder, dans des circonstances où leurs limites ont été dépassées.
- Dire non veut dire non souvent. Quand vous dites non, ne revenez pas sur vos paroles. Être ferme et apprendre à votre adolescent.e à respecter les limites fixées est essentiel à sa compréhension du consentement. De même, utiliser votre jugement en tant que tuteur.trice permet également à votre jeune d'être ferme lorsqu'il dit non. Cela les aide à comprendre qu'il ne devrait pas avoir l'impression de devoir dépasser ses limites personnelles juste pour plaire à quelqu'un d'autre.
- Valoriser le consentement au quotidien. Bien que les cultures familiales varient, il est important de se rappeler que le consentement s'applique également à des choses moins significatives comme les câlins ! Personne ne devrait être obligé de donner ou de recevoir un contact ou un geste émotionnel s'il ne le souhaite pas.
- Discutez ouvertement du respect du corps et des limites des autres.
- Reconnaissez ouvertement les attitudes erronées et nuisibles concernant la sexualité, le corps, les relations, le pouvoir, le contrôle et la manipulation devant votre adolescent.e. Commencez par exprimer une tolérance zéro pour l'objectivation sexuelle. Lorsqu'une publicité, un film, une célébrité objective une personne, discutez des dangers avec votre adolescent.e et encouragez-les à utiliser leur esprit critique lorsqu'il entend des mots qui pourraient encourager les agressions sexuelles.
- Dites à votre adolescent.e qu'il a un espace sécuritaire avec vous pour poser des questions, exprimer ses inquiétudes ou son malaise et parler de ses expériences. Une étape essentielle pour mettre fin à la culture du viol et promouvoir la culture du consentement est de briser le tabou autour de ces sujets et de parler ouvertement de la sexualité, des limites et du consentement.

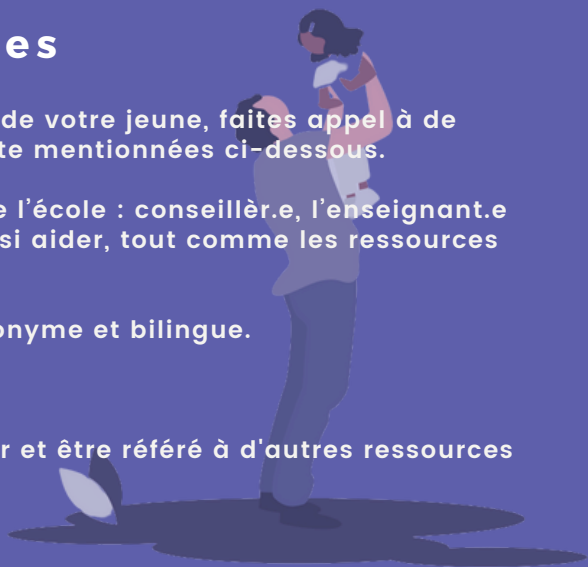
(inspiré et adapté de How to Parent Against Rape Culture, par Stacey Steinberg et Jannifer Sager, du Washington Post )

## Ressources

⚠ Important! Si vous êtes inquièt.e pour la santé de votre jeune, faites appel à de l'aide professionnelle ou appelez les lignes d'écoute mentionnées ci-dessous.

N'hésitez pas à communiquer avec le personnel de l'école : conseiller.e, l'enseignant.e ou la direction. Votre médecin de famille peut aussi aider, tout comme les ressources suivantes :

- Jeunesse, J'écoute : pour se confier, 24h/7j. Anonyme et bilingue.  
Numéro sans frais : 1 800-668-6868  
Site internet : [jeunessejecoute.ca](http://jeunessejecoute.ca)
- [Ending Violence Association BC](#) : pour se confier et être référé à d'autres ressources en Colombie-Britannique (en anglais).  
Numéro (VictimLink BC) : 1-800-563-0808



### RESSOURCES EN FRANÇAIS

- [Émission Pa t'mentir sur la Masculinité toxique](#) : 2min32s à 7min53s
- [Action Canada pour la santé & les droits sexuels](#) : Éducation à la sexualité: prévenir la violence et améliorer la sécurité
- [Enseigner L'Égalité](#) : Des pistes pour persévérer dans l'égalité



### RESSOURCES EN ANGLAIS

- Salal Rape Crisis Centre: [What Is Rape Culture?](#)
- Website from the University of Calgary: [The Facts about Sexual Violence](#)

### Documentaires bilingues

#### The Hunting Ground



#### Audrie and Daisy



#### Athlete A



### Communiquez avec nous :

#### Réseau-Femmes



Maryse Beaujeau-Weppenaar  
[direction@reseaufemmes.bc.ca](mailto:direction@reseaufemmes.bc.ca)



1555, 7e avenue Ouest  
Vancouver, C.-B.



604-736-6912

#### JLRS



Questions générales : [info@jlrs.ca](mailto:info@jlrs.ca)  
Claudia Leclerc : [projets@jlrs.ca](mailto:projets@jlrs.ca)



[www.jlrs.ca](http://www.jlrs.ca)



@jeunesleadersrs



Agence de la santé  
publique du Canada