

Comprendre les relations ABUSIVES

La dynamique des pouvoirs dans les relations abusives 02

Huit vérités pour ceux qui sont confrontés à un mariage destructeur 04

Comment aider quelqu'un qui vit une relation abusive 06

Protéger nos enfants des abus sexuels 08

Repérer les signes d'abus sexuel chez les enfants 09

Équiper nos ados pour reconnaître une relation amoureuse toxique 10

Rachael Denhollander : La lumière de l'Évangile dans les ténèbres 12

LA DYNAMIQUE DES POUVOIRS DANS LES RELATIONS ABUSIVES

PAR WENDY KITTLITZ



Nous frissonnons tous lorsque nous entendons parler d'une personne victime d'abus. Nous secouons la tête et notre estomac se noue. Nous savons que c'est terrible et que cela blesse et détruit, mais si quelqu'un nous demandait en quoi exactement une relation abusive est une mauvaise chose, il nous serait peut-être difficile de mettre des mots précis sur ce que nous ressentons.

En réalité, nous avons parfois du mal à définir de manière exacte ce qu'est une relation abusive.

Abus et pouvoir

Pour résumer, dans une relation abusive, une des deux personnes a plus de pouvoir que l'autre et se sert de ce pouvoir pour combler ses propres désirs égoïstes, sans se soucier des besoins de l'autre.

Cela peut se produire dans tous types de relations : un parent envers son enfant, un mari envers sa femme, une femme envers son mari, un pasteur envers un ou une fidèle, un professeur envers un étudiant, un coach sportif envers un athlète, un ami envers un ami, un enfant adulte envers son parent âgé et la liste ne s'arrête pas là.

Pour donner quelques exemples explicites, on parle par exemple d'un parent qui se glisse dans la chambre de

son enfant la nuit pour satisfaire ses désirs sexuels, sans tenir compte le moins du monde du mal qu'il fait à l'enfant. Cela peut aussi être un mari ou une femme qui s'emporte violemment et rabaisse sans arrêt son époux(se), au point de détruire son amour propre dans le but de mieux le ou la contrôler. Il peut s'agir d'une jeune femme qui oblige par la manipulation toutes ses amies à rejeter une autre fille de leur entourage, parce qu'elle se sent menacée à cause de ses propres insécurités. Ou encore, une femme qui fuit son domicile en pleine nuit parce que son mari a menacé de la tuer devant leurs enfants.

Ce que toutes ces situations ont en commun, c'est que la personne en position de pouvoir se sert de ce pouvoir pour faire du mal à l'autre et non pour l'aider. Tout se passe comme si la victime n'est plus perçue comme une personne de même valeur que l'agresseur, mais plutôt comme un objet qui lui sert à atteindre ses propres objectifs.

Le pouvoir positif de Dieu

La Bible nous révèle que Dieu est tout-puissant, mais il ne se sert jamais de son pouvoir pour passer outre la capacité qu'il a donnée à sa création d'exercer son pouvoir de choisir par elle-même. Dieu ne nous force à rien, il ne nous oblige jamais à faire quoi que ce soit. Il pourrait le faire, mais il respecte toujours notre autonomie et notre droit de faire nos propres choix. Il a le pouvoir le plus absolu, mais il est aussi absolument *bon*.

Nous ne sommes pas Dieu, mais nous pouvons prendre exemple sur lui quant à ce que signifie être humble, garder le pouvoir que nous avons sous contrôle quel qu'il soit et faire preuve de respect envers ceux qui nous entourent, en particulier ceux qui ont moins de pouvoir que nous.

En tant que parent, je respecte l'autonomie de mes enfants. Bien sûr, il y a des jours où j'ai désespérément envie de les « obliger » à faire ce qui me semble être le mieux pour eux. J'avoue également que j'ai parfois réfléchi à diverses formes de manipulation, de menaces et même de corruption pour les pousser à faire ce que je veux. Mais pour finir, je ne le fais pas, je résiste à cette envie. Je me rappelle que ce sont les enfants de Dieu avant même d'être les miens, des personnes à part entière qui ont une valeur intrinsèque.

Les situations d'abus sont souvent ignorées, mal comprises et potentiellement dangereuses.

Malheureusement, il y a des parents, des amis, des époux(ses), des petits amis, des étrangers, des professeurs, des coachs, des frères et des sœurs, etc., qui ne résistent pas à cette tentation. Ils choisissent de considérer leurs désirs comme plus importants. Ils prennent ce qu'ils veulent en abusant tout simplement de leur pouvoir. Ils obtiennent ce qu'ils veulent par la force physique, la violence émotionnelle ou verbale, l'influence, la coercition, l'intimidation, la manipulation, la pression financière ou spirituelle. Ces personnes ont un besoin irrépressible de garder le contrôle et lorsque cela est menacé, elles prennent ce qu'elles veulent sans se soucier de l'impact que cela peut avoir sur les gens de leur entourage.

Les opprimés et les oppresseurs

Dans la Bible, Dieu interpelle souvent les gens qui agissent ainsi. Il se place constamment du côté de ceux qui n'ont pas de pouvoir et les défend contre ceux qui les oppriment. Quelle que soit notre situation, nous devrions suivre son exemple.

Il invite les opprimés à venir auprès de lui ou ils trouveront réconfort et refuge :

« Éternel, délivre-moi des hommes méchants, préserve-moi des hommes violents ! » (Psaume 140.2)

« Venez à moi, vous tous qui êtes fatigués et courbés sous un fardeau, et je vous donnerai du repos. »
(Matthieu 11.28)

Il appelle les oppresseurs à se repentir et à se servir de leur pouvoir pour aider et non pour faire du mal.

« Détourne-toi du mal et fais-le bien, recherche la paix et poursuis-la. » (Psaume 34.15)

Quant à nous, il nous invite à sortir de la complaisance et à nous engager aux côtés des opprimés, à leur apporter notre soutien, à les protéger, à prendre soin d'eux et à leur offrir une écoute exempte de tout jugement :

« Veillez à ce que personne ne rende à autrui le mal pour le mal, mais recherchez toujours le bien, soit entre vous, soit envers tous les hommes. »
(1 Thessaloniciens 5.15)

« Chaque fois que tu en as la possibilité, n'hésite pas à faire du bien à ceux qui en ont besoin. » (Proverbes 3.27)

Faire preuve de prudence

Cela étant dit, Dieu est celui qui change les cœurs, pas nous. S'opposer frontalement à un agresseur n'est pas un acte à prendre à la légère. Les répercussions peuvent être dangereuses pour ses victimes. De plus, il peut parfois être difficile d'aider une personne qui est victime d'abus si elle refuse de reconnaître sa situation. La sécurité est une priorité absolue, et c'est pourquoi il faut savoir faire preuve d'une grande sagesse, de discernement et de patience lorsque l'on cherche à aider des personnes prisent dans une relation abusive.

Les situations d'abus sont souvent ignorées, mal comprises et potentiellement dangereuses. Les agresseurs sont généralement d'excellents manipulateurs, capables d'échapper aux soupçons en se montrant particulièrement charmants et utiles aux yeux des autres. Ils dissimulent ainsi la terrible vérité de ce qui se déroule dans leur cercle privé.

Wendy Kittlitz est la vice-présidente du ministère d'aide et de soutien de Focus on the Family Canada.

© 2022 Focus on the Family (Canada) Association. Tous droits réservés.

HUIT VÉRITÉS POUR CEUX QUI SONT CONFRONTÉS À UN MARIAGE DESTRUCTEUR

PAR AMY VAN VEEN

Lorsque Mary* interroge son mari sur ses absences répétées et sur sa gestion douteuse de leurs finances, il lui répond systématiquement qu'elle ne s'inquiète pour rien, qu'elle l'étouffe ou bien qu'elle ne se soumet pas à son autorité de chef de famille. Elle essaye régulièrement de faire comprendre à son mari ce qu'elle ressent quand il agit ainsi, mais celui-ci l'ignore, la rabaisse et lui donne le sentiment qu'elle est bête ou complètement folle.

Nous sommes des individus déchus dans un monde déchu, certes, mais ce qui fait que le mariage de Mary est plus qu'une simple relation difficile, c'est la répétition de ces comportements, sans remords exprimé ou signe de changement de la part de son mari. Selon Leslie Vernick, auteure du livre *The Emotionally Destructive Marriage* (La violence psychologique dans le mariage), une relation abusive est présente lorsque : « le statut, la dignité et la liberté de choix d'une personne sont régulièrement déniés, critiqués ou ignorés. »

Les femmes et les hommes qui sont mariés à une personne psychologiquement destructrice ont besoin de pouvoir se raccrocher à des vérités inébranlables, et ces vérités se trouvent dans la Parole de Dieu.

1. DIEU CONNAÎT VOTRE SOUFFRANCE.

Dans le livre de Genèse, on voit que Dieu a eu le cœur peiné en voyant le mal que répandaient les hommes et les femmes qu'il avait créés (Genèse 6.6). Dans l'Ancien Testament, le peuple de Dieu se détourne de lui pour aller vers d'autres dieux, et cela lui brise le cœur. Dans le Nouveau Testament, Jésus lui-même vit tout ce qu'il peut y avoir de pire dans les relations humaines. Il a été physiquement agressé, humilié, calomnié, et moqué. S'il vous arrive de penser que Dieu ne comprend pas ce que vous vivez, prenez la Bible dans son ensemble pour mieux comprendre comment il a subi les mêmes souffrances, le rejet et l'humiliation que vous vivez aujourd'hui.

2. DIEU VEUT VOTRE SÉCURITÉ ET IL VEUT QUE VOUS CHERCHIEZ REFUGE.

À travers la Bible, on peut voir combien Dieu est notre refuge (Psaumes 46.2 ; Psaumes 91.2 ; Psaumes 27.5 ; Proverbes 18.10 ; Ésaïe 25.4 ; Jérémie 16.19). Et en Proverbes on lit : « L'homme prudent voit le mal et se met à l'abri, mais ceux qui manquent d'expérience vont de l'avant et en subissent les conséquences » (Proverbes 27.12).

Il y a des hommes et des femmes qui pensent qu'ils doivent à tout prix préserver l'unité de leur foyer en supportant le comportement destructeur de leur époux ou de leur épouse, mais Dieu veut que nous vivions *tous* en sécurité, sur le plan émotionnel, physique, psychologique et spirituel, et que nous trouvions notre refuge en lui.

3. DIEU VOUS AIME, VOUS ÊTES PRÉCIEUX(SE) À SES YEUX ET IL VEUT QUE VOUS LE PLACIEZ EN PREMIER.

À travers toute la Bible, on peut voir l'amour de Dieu pour son peuple s'exprimer sans arrêt, son amour pour des gens comme vous. Des maris et des femmes qui sont victimes, qui sont opprimés et qui souffrent. Quand on prend le temps de méditer sur Jean 3.16 : « Dieu a tant aimé le monde », on peut commencer à voir l'amour parfait, réconfortant et protecteur de notre Créateur pour nous.

« En apprenant à vous recentrer sur l'amour de Dieu et non celui de votre mari ou votre femme, vous ne vous trouverez plus paralysé, diminué lorsqu'il ou elle vous



rejette ou vous déçoit, explique Vernick. Bien sûr, cela reste douloureux, mais vous n'êtes pas contrôlé ou défini par votre mariage ou votre époux(se). »

4. DIEU VEUT QUE VOUS MARCHIEZ DANS LA VÉRITÉ.

« Quand vous vivez avec quelqu'un qui préfère la tromperie et les ténèbres, quelqu'un qui tord et manipule la vérité, cela peut être extrêmement stressant et source de confusion pour vous et vos enfants. C'est préjudiciable en ce qui touche votre santé émotionnelle, cognitive et physique, » explique Vernick. C'est pour cela que Dieu nous appelle à chercher sa vérité inébranlable (Jean 12.35). Il connaît les dégâts qui sont causés quand on marche dans les ténèbres et il veut nous sauver de cette destruction.

5. DIEU VOUS APPELLE À ASSUMER VOS RESPONSABILITÉS EN TANT QU'AIDE L'UN POUR L'AUTRE.

Être une aide signifie tellement plus que juste continuer à marcher aux côtés de votre mari ou de votre femme quand il/elle est sur une voie de péché. Le terme hébreu pour « aide », *ezer*, signifie « guerrier », ce qui implique de le/la tenir responsable dans son chemin pour devenir comme Christ.

« Aimer votre mari [ou votre femme] de manière biblique ne veut pas dire lui servir de soutien pour qu'il/elle puisse continuer à vous faire du mal, » ajoute Vernick.

6. DIEU NOUS APPELLE À ÊTRE DES ARTISANS DE PAIX, PAS DES PACIFICATEURS.

Pendant des années, Richard* marchait sur des œufs en présence de sa femme, faisant de son mieux pour éviter de provoquer sa colère, mais ce n'est pas la paix dont Dieu parle en Matthieu 5.9.

« Faire semblant ou préserver les apparences dans le seul but de rester marié ne pourra jamais permettre une réelle guérison des blessures conjugales. Ce n'est pas plus qu'un pansement qui ne peut stopper une hémorragie interne, explique Vernick. Être un artisan de paix selon la Bible implique d'être prêt à entrer sur le champ de bataille pour ouvrir la possibilité d'une réelle paix shalom, la réconciliation et la restauration de votre mariage. »

7. DIEU VEUT QUE NOUS POSONS DES LIMITES AUX PERSONNES PSYCHOLOGIQUEMENT DESTRUCTRICES, COMME L'A FAIT JÉSUS.

« Jésus aimait les leaders religieux de l'époque de manière

inconditionnelle, mais cela ne veut pas dire qu'ils profitaient d'une relation personnelle étroite avec lui, précise Vernick. Un mariage qui n'a aucun cadre ou limite relationnelle n'est pas sain sur le plan psychologique aussi bien que spirituel. Cette approche n'est ni biblique ni saine. »

Comme l'explique le psychologue Henry Cloud, le changement ne survient pas lorsque nous permettons à l'autre de nous blesser encore et encore, il se produit quand nous mettons enfin des limites qui le forcent à changer.

8. DIEU ATTEND UNE SOUMISSION MUTUELLE, PAS UN ABUS DE POUVOIR.

Dans le Nouveau Testament, nous voyons Jésus enseigner à ses disciples ce que cela signifie d'être un roi-serviteur (Luc 22.25-26), et il est conseillé aux maris d'aimer leur femme et de ne pas les traiter durement (Colossiens 3.19). Dans le passage bien connu de 1 Corinthiens 13, nous pouvons lire la vraie manière d'aimer, et cela n'implique jamais l'abus de pouvoir, le contrôle de l'autre ou l'autoritarisme. En Éphésiens 5.21, Paul parle de la nécessité de se soumettre « *les uns aux autres* dans la crainte de Dieu » (italiques rajoutés).

« Nous avons différents rôles et responsabilités, mais l'un n'est pas supérieur à l'autre. Le service, la soumission et le sacrifice mutuels sont le modèle biblique de la Trinité et celui à suivre pour nos relations, dont le mariage », explique Vernick.

Karin Gregory, conseillère chez Focus on the Family Canada conclut en disant : « Le mariage est un don, mais Dieu nous a créés à son image. Il ne donnera jamais plus de valeur au cadeau qu'il a donné à ses enfants que ses enfants eux-mêmes étant sa création. »

*Les prénoms ont été modifiés pour protéger leur vie privée

Amy Van Veen est la responsable éditoriale de Focus on the Family Canada.

COMMENT AIDER QUELQU'UN QUI VIT UNE RELATION ABUSIVE

PAR KARI TRENT STAGEBERG

J'en ai fait l'expérience à d'innombrables reprises. Ce sont rarement les victimes d'abus elles-mêmes qui font la queue pour me parler après mes conférences, ce sont leurs proches. Ils veulent à tout prix savoir ce qu'ils peuvent faire pour aider, aimer, soutenir et encourager un être aimé qui est dans une relation abusive, mais ils ne savent pas forcément par où commencer.

Voici plusieurs moyens pour apprendre à aider quelqu'un qui traverse une telle situation.

Écoutez bien et prenez-les au sérieux

Les victimes ont souvent peur de s'exprimer par crainte d'être ignorées ou qu'on ne les croit pas. De plus, en général, elles ont réussi à supporter leur situation jusque-là en minimisant leurs souffrances et leur détresse. Alors si un être cher vient vers vous pour vous parler d'une expérience d'abus (passée ou présente), écoutez avec attention et ne prenez pas son discours à la légère. Encouragez au contraire la personne à vous dire tout ce qu'elle a sur le cœur.

Lorsque votre proche partage avec vous des informations aussi personnelles, il a choisi de vous confier quelque chose de terrifiant et de prendre un risque important. Ne trahissez pas cette confiance. Commencez par écouter attentivement avant de faire ou dire quoi que ce soit. Soyez une source de sécurité émotionnelle auprès de qui votre proche peut partager sans crainte. Votre manière de réagir lorsque la personne se tourne vers vous la première fois lui servira de curseur pour savoir si elle continue à vous parler de ses difficultés. Si vous lui dites ce qu'elle doit faire, réagissez par des menaces ou avec colère, cela ne fera que faire écho à son expérience au sein de sa relation abusive. Faites de votre mieux pour écouter et faire preuve d'un surplus d'amour et de grâce.

Il est essentiel que vous ne fassiez rien qui pourrait mettre votre proche en danger ou vous-même. Appeler la police si vous n'avez aucune preuve physique, vouloir en découdre directement avec l'agresseur ou réagir de manière impulsive pourrait conduire quelqu'un à être blessé. Il peut y avoir un moment où cela est la bonne solution, mais la sécurité de chacun doit rester votre priorité absolue.

Si antérieurement vous avez eu une conversation avec la victime et qu'elle ne s'est pas terminée comme vous l'espériez, ne vous inquiétez pas. Il n'est pas trop tard. Les autres conseils peuvent encore vous aider à être un soutien et à encourager votre proche.

Faites preuve de grâce, de bonté et d'honnêteté

Si votre proche vous a fait du mal à vous ou à votre famille pendant cette période, rappelez-vous qu'il a besoin de votre grâce et de votre pardon. Il ne reçoit rien de cela de la part de son bourreau et vous pouvez devenir un havre de sécurité pour lui. Entendre parler d'abus sur une personne



que vous aimez peut être particulièrement douloureux et susciter de vives émotions, alors ayez également de la grâce envers vous-même.

En faisant preuve de bonté et d'honnêteté, vous pouvez montrer à votre interlocuteur que vous êtes différent de son bourreau. Surtout, n'oubliez pas de mettre cela dans la prière. Il s'agit souvent d'un long chemin et vous ne devez pas vous décourager si vous constatez qu'il faut un moment avant de voir les choses avancer.

Agissez avec sagesse

Vous pouvez parler de la situation de votre proche avec un professionnel et peut-être avec votre mari ou votre femme, mais ne partagez aucun des détails qui vous ont été confiés avec d'autres. Cela pourrait mettre votre proche en danger si son agresseur apprend que d'autres personnes sont au courant de ce qui se passe.

Il faut aussi être prudent et faire preuve de sagesse lorsque vous dispensez des conseils. Les personnes qui sont victimes d'abus ont besoin d'entendre et de mettre en œuvre les choses différemment des personnes qui sont dans une relation plutôt saine. Assurez-vous que les conseils que vous lui donnez ne poussent pas votre proche vers une situation de manipulation et que cela ne le rend pas plus vulnérable en ce qui concerne son agresseur. Il faut éviter tout ce qui pourrait permettre à un agresseur de mettre la victime en danger, que ce soit physiquement ou émotionnellement. Soyez prudents et prenez le temps de présenter vos réponses à un professionnel spécialisé dans les violences intrafamiliales.

Il peut aussi être bon de recevoir vous-même l'aide d'un thérapeute pendant cette période.

Rappelez-lui la vérité

Lorsque je m'étais moi-même trouvée dans une relation abusive, je n'entendais rien de positif à mon sujet venant de mon mari et j'avais tendance à croire tout ce qu'il me disait. Lorsque mon père m'a donné une liste de vérités positives à mon sujet, je n'en ai pas cru un seul mot. Mais cela ne m'a pas empêchée de la lire tous les jours pendant des mois.

Même s'il a fallu du temps pour que les mensonges se dissipent dans mon esprit, cette liste m'a rappelé deux choses importantes : quelqu'un pensait que j'avais de la valeur et j'avais un lieu sûr où aller me réfugier si j'en ressentais le besoin.

Vous pouvez peut-être écrire une simple liste de vérités concernant la personne. Notez ses traits de caractère positifs et ajoutez des versets bibliques. Cela leur donnera une liste à laquelle ils peuvent se référer et qui leur rappellera qu'ils ont un refuge vers lequel se tourner quand tout va mal.

Respectez leurs limites

Si la personne vous demande de ne plus aborder un certain sujet, si elle vous demande de ne pas l'appeler ou de ne pas lui envoyer de messages, ou si elle vous dit de ne pas passer chez elle, *faites ce qu'elle vous demande*. Ou du moins, discutez-en avec un professionnel avant de prendre une initiative. Il est tout à fait possible que votre proche vous demande cela pour assurer sa sécurité. Si son agresseur fait des crises de colère chaque fois que vous appelez, vous préservez la sécurité de votre proche en ne le contactant pas.

L'agresseur ne respecte pas les demandes et les limites posées par votre proche, alors si vous le faites, même quand cela vous semble difficile, la personne verra qu'elle peut réellement vous faire confiance.

Faites des recherches

Avoir de solides connaissances tout en fréquentant un thérapeute spécialisé en violence intrafamiliale ou un groupe de soutien peut être très efficace pour vous aider à savoir quand vous pouvez parler et quand il vaut mieux ne rien dire. Cela peut aussi vous aider à voir quand les limites posées sont importantes à respecter.

Votre proche a besoin de vous. Vos prières et votre soutien sont importants. Et ce que vous ressentez est aussi important. C'est le moment pour vous d'appeler quelqu'un qui peut vous soutenir. Et si vous ne l'avez pas encore fait, il est peut-être temps de mettre en place de nouvelles actions pour aider votre proche de manière saine et efficace.

Kari Trent Stageberg est une conférencière et la présidente de StrongFamilies, une organisation fondée par son père, l'auteur bien connu John Trent, qui a pour but d'aider les gens à aimer Dieu, eux-mêmes et les autres plus profondément.

Article raccourci pour plus de clarté. © 2020 Kari Trent Stageberg. Tous droits réservés. Initialement écrit et publié en anglais sur FocusOnTheFamily.com.

PROTÉGER NOS ENFANTS DES ABUS SEXUEL

PAR CATHERINE WILSON

Dix pour cent des enfants canadiens subissent une agression sexuelle avant l'âge de dix-huit ans. Comme si un tel chiffre n'était pas suffisamment choquant en lui-même, la grande majorité des gens qui sont coupables de ce type d'agression ne se font jamais attraper par la justice. De nombreux parents n'apprennent que des années après les faits que leurs enfants ont été victimes d'abus sexuels, en particulier parce que les deux tiers des enfants concernés n'en parlent pas.



Dans son livre *Protecting Your Child From Predators* (Protéger votre enfant des prédateurs), la conseillère Beth Robinson explique pourquoi les parents ne peuvent pas s'appuyer uniquement sur leur vigilance pour assurer la sécurité de leurs enfants. Il est impossible de surveiller les enfants de manière constante et une agression sexuelle peut se produire très rapidement. De plus, les agresseurs sont difficiles à identifier, car ils ont généralement des techniques pour amadouer et mettre en confiance leurs victimes ainsi que leurs parents.

Beth Robinson propose les sujets de discussion suivants pour équiper les enfants et les rendre capables de se défendre par eux-mêmes quand leurs parents ne sont pas là.

Pour les enfants âgés de moins de cinq ans

- Leur expliquer à quel point la manière dont **Dieu a créé leur corps** en pensant chaque détail est merveilleuse. Dieu a intentionnellement **créé des hommes ou des femmes** et il est aussi important d'apprendre aux enfants les termes anatomiques corrects pour désigner les différentes **parties de leur corps soit masculines ou féminines**
- **D'autre personnes ne doivent pas toucher ni voir leurs parties intimes** et ils ne sont pas non plus

censés voir ou toucher les parties intimes des autres

- **Papa et maman** sont les personnes habilitées à aider l'enfant à **prendre soin de son corps**. L'enfant peut leur parler de son corps
- Lui apprendre la différence entre un **toucher bienveillant** (qui calme l'enfant et lui donne un sentiment de sécurité) et un **contact insécurisant** (où il se sent stressé ou effrayé ; généralement en lien avec les parties intimes)
- Si jamais quelqu'un le **couche d'une manière insécurisante**, l'enfant doit partir immédiatement et en parler à papa et à maman
- Si jamais quelqu'un lui **demande de faire ou de parler de quelque chose** qui l'insécurise ou le déstabilise, il doit partir immédiatement et en parler à papa et à maman
- Si quelqu'un lui demande de garder **un secret**, il faut que l'enfant en parle à papa et maman immédiatement

Gardez à l'esprit que les agresseurs font généralement en sorte de repousser peu à peu les limites personnelles de leur victime, alors il faut apprendre aux enfants à réagir avec force, même quand quelqu'un donne l'impression d'avoir « accidentellement » dépassé les limites.

Pour les enfants entre six et onze ans

- Comment reconnaître les **images pornographiques** et vous en parler s'ils y voient ou si quelqu'un leur en montre (une stratégie souvent utilisée par les agresseurs pour préparer les enfants à l'agression) ; commencez à leur parler de cela *au plus tard* à l'âge de six ans
- Comment assurer sa sécurité sur internet, c'est-à-dire **ne jamais communiquer des informations personnelles ou ses coordonnées, bloquer ses informations de localisation** avant de publier des photos, savoir **qu'un ami en ligne** n'est pas la même chose qu'une personne qu'on connaît en personne, etc.
- Dire aux parents dès que quelqu'un leur demande une **photo** d'eux
- Dire aux parents si quelqu'un fait des **plaisanteries sexuelles** ou leur parle de sexe. Les parents sont les bonnes personnes pour répondre aux questions des enfants sur la sexualité
- **Convenir** avec vos enfants **d'un mot de passe secret** à donner aux personnes qui ont l'autorisation d'aller les chercher à l'improviste à l'école ou ailleurs
- **Convenir d'un code secret** qu'ils peuvent partager par téléphone pour dire : « Je suis mal à l'aise ici, viens me chercher s.v.p. ».
- **Ne jamais aider un inconnu** qui prétend s'être perdu ou chercher son animal de compagnie, ni quelqu'un qui leur offre des bonbons. Apprenez aux enfants que *les adultes devraient s'adresser aux adultes pour obtenir de l'aide*

→ Toujours demander la permission avant d'aller où que ce soit

pour que les parents sachent où ils sont, avec qui et quand ils doivent rentrer. Demandez aux enfants plus grands de vous envoyer un texto quand ils arrivent quelque part et quand ils partent pour aller ailleurs ou rentrer à la maison

Malheureusement, les enfants qui cherchent à être obéissants, à être de « bons enfants », sont faciles à manipuler et l'objet de chantage de la part des agresseurs. Apprenez à vos enfants qu'il vaut toujours mieux confesser une erreur, surtout si quelqu'un essaye de s'en servir contre eux.

Demeurez vigilants

Même quand vos enfants sont capables de se protéger eux-mêmes, gardez l'œil ouvert. Rappelez-vous qu'un abus sexuel est très déstabilisant pour un enfant et la confusion qu'il ressent l'empêche souvent d'en parler.

Si votre enfant arrive à vous parler d'une situation d'abus sexuel, *restez calme* en sa présence pour éviter de le traumatiser encore plus et *rassurez-le immédiatement* en lui expliquant que l'abus n'est pas de sa faute, qu'il a fait ce qu'il fallait en vous en parlant, que vous allez le protéger contre tout tort ultérieur et que son implication restera confidentielle dans la mesure du possible.

Lorsqu'un mineur rapporte un abus sexuel, cela doit être transmis rapidement à la police ou à une organisation spécialisée qui lutte contre les violences faites aux enfants.

Article raccourci pour plus de clarté. © 2018 Focus on the Family (Canada) Association. Tous droits réservés.

REPÉRER LES SIGNES D'ABUS SEXUEL CHEZ LES ENFANTS

PAR DR. KELLI PALFY

Les enfants victimes parlent très rarement d'abus sexuel, mais il est possible qu'ils se mettent à présenter des symptômes tels qu'un changement extrême pour ce qui est de leur personnalité ou des comportements qui ne leur ressemblent absolument pas. Cela peut se manifester par de la colère contre les personnes qui lui ont fait du mal et envers ceux qui ont échoué à les protéger, des sentiments allant jusqu'à la rage, des menaces, des comportements dangereux et des bravades; des dérèglements : certains deviennent timides et renfermés tandis que d'autres se transforment en agresseurs; ils développent des difficultés en matière d'apprentissage et/ou des problèmes de rejet parmi leurs camarades; parfois, ces enfants cherchent à avoir des comportements sexualisés avec d'autres enfants; pour finir, ils développent une faible estime de soi, une image de soi déformée et un sentiment de ne plus avoir de valeur.



Article raccourci pour plus de clarté. © 2020 Dr Kelli Palfy. Tous droits réservés. Initialement écrit et publié en anglais sur KelliPalfy.com.

ÉQUIPER NOS ADOS POUR RECONNAÎTRE UNE RELATION AMOUREUSE TOXIQUE

PAR CATHERINE WILSON

Avez-vous réussi à avoir la fameuse « conversation sur le sexe » avec votre adolescent ? Dans la lancée, lui avez-vous expliqué à quoi ressemble l'amour véritable ? Si nous voulons préparer nos enfants aux relations amoureuses et leur éviter d'avoir le cœur trop souvent brisé, nous devons prendre le temps de leur dresser un tableau clair de ce qu'est un amour sain et biblique. Nous devons également les équiper à reconnaître les « contrefaçons » de l'amour, c'est-à-dire les comportements anormaux et inacceptables.

Voici quelques scénarios dont vous pouvez vous servir pour lancer la discussion ou vous donner des idées de comment aborder ces sujets importants.

Ne pas confondre l'attirance physique et sexuelle avec amour

Il est important que les adolescents connaissent la différence entre une passion éphémère et l'amour véritable. L'attirance et l'attraction sexuelle ne sont pas de l'amour, car ce sont des sentiments très centrés sur soi. Ils se développent souvent avant même qu'on ne sache grand-chose sur la personnalité de l'autre. L'attirance est souvent basée sur la manière dont on se sent en présence de l'autre et ce qu'il nous apporte, plutôt que sur une réelle préoccupation du bien-être de l'autre ou sur le fait de prendre vraiment le temps de le connaître.

Le véritable amour se forme peu à peu

1 Corinthiens 13 commence par « l'amour est patient », car le véritable amour prend du temps à se développer.

Il se construit dans le temps parce que l'amour n'est pas qu'une émotion qui nous dépasse. En réalité, la capacité à aimer quelqu'un est une qualité que chacun doit apprendre à développer. Lorsque deux individus sont suffisamment mûrs et capables d'un amour profond l'un pour l'autre, cela se voit dans leur relation. Ils prennent soin l'un de l'autre, se respectent mutuellement, il y a un équilibre des pouvoirs et des responsabilités dans la relation.

Comment reconnaître une relation de couple abusive ?

Il existe des schémas de comportement que les ados doivent pouvoir reconnaître, car il s'agit de sérieux signaux d'alarme. Ils prouvent que la personne n'est pas en train de manifester de l'amour, mais plutôt de la domination et de la manipulation. Il est très probable que votre relation ne fasse que s'empirer au fil du temps.

Il faut être attentif à la répétition des situations comme celles-ci :

LE DÉNIGREMENT ET LES COMPORTEMENTS IRRESPPECTUEUX :

- Se faire appeler par des noms ou surnoms insultants ou dénigrants, même si cela semble être une blague. Des plaisanteries à tes dépens ou qui ont pour but de t'embarrasser devant tes amis
- Agir comme étant intellectuellement supérieur en rejetant tes idées ou ton avis ou en voulant à tout prix avoir raison. Agir comme étant spirituellement supérieur en te faisant la morale ou en te rabâchant

des « leçons spirituelles » plutôt que de se montrer enthousiaste à l'idée d'explorer ensemble la Parole de Dieu et d'apprendre l'un de l'autre

- Mettre souvent en avant tes points faibles « pour t'aider à grandir », tout en se montrant peu ouvert(e) à ce que tu as à dire concernant son propre caractère
- Amoindrir tes ambitions pour l'avenir ou tes réussites

COMPORTEMENTS AUTORITAIRES ET DOMINATEURS QUI CHERCHENT À RÉDUIRE TA LIBERTÉ

- T'en vouloir, voire te harceler, ou se mettre en colère et te menacer lorsque tu n'es pas d'accord avec lui/elle
- Te punir lorsque tu ne fais pas ce qu'il/elle veut et faire pression sur toi pour que tu abandonnes tes principes sur des sujets importants comme la pureté sexuelle ou l'obéissance à la loi
- Se montrer irrité(e) quand tu consacres du temps à des activités ou à des loisirs qui ne l'implique pas. Se montrer jaloux(se) au point de t'éloigner de tes amis proches ou de ta famille
- T'envoyer des tonnes de messages quand vous n'êtes pas ensemble ou insister pour toujours savoir où tu es et ce que tu fais
- Menacer de se faire du mal si tu mets fin à la relation

LE MANQUE D'HUMILITÉ ET DE PRÉOCCUPATION CONCERNANT SA PROPRE SAINTETÉ

- Le manque de remords quand il/elle t'a blessé, ou bien le fait de s'excuser sans aucun changement à son comportement. Te reprocher d'être à l'origine de qui déclenche son mauvais comportement
- Prétendre qu'il/elle a de bonnes raisons d'agir mal (par exemple : « Je t'aime tellement fort, c'est à cause de ma jalousie que je me suis mis en colère. »)
- S'attendre à ce que tu fasses la plupart des sacrifices dans la relation
- Se montrer fermé(e) aux discussions honnêtes sur les aspects qui posent problème dans la relation



BIEN SÛR, TOUTE FORME DE VIOLENCE PHYSIQUE OU SEXUELLE :

- Te tirer les cheveux, te frapper ou te pousser contre un mur
- Faire pression sur toi pour que tu regardes de la pornographie ou t'envoyer des sextos sans ton accord, faire pression sur toi pour que tu envoies des photos sexuellement explicites, prendre des photos intimes de toi et/ou les montrer à d'autres sans ta permission
- Faire pression sur toi pour avoir des relations sexuelles ou réaliser des actes sexuels quand tu n'en as pas envie

Si votre adolescent vous révèle qu'il est en ce moment dans une relation amoureuse abusive, soyez bien conscient que la plupart des ados préféreront rester dans cette situation, pensant qu'il vaut mieux avoir une relation amoureuse difficile que pas de relation du tout. Il aura besoin de votre encouragement pour faire confiance à Dieu et à croire qu'il a prévu quelqu'un de plus mature pour lui (elle).

S'il vous révèle des événements profondément perturbants ou vous avoue qu'il est déjà sexuellement actif avec un partenaire qui exerce un certain contrôle sur lui, il est essentiel de faire attention à votre réaction sur le coup. Vous devez savoir garder votre calme devant votre ado et lui montrer qu'il peut se confier à vous en toute sécurité. Il arrive qu'il y ait un réel danger d'être physiquement agressé, alors il est important que votre enfant continue à pouvoir se confier à vous.

Même si le niveau de toxicité de la relation semble faible, le fait de mettre fin à la relation pourrait exposer votre enfant à des représailles inattendues - procédez avec prudence. Si vous avez des inquiétudes, n'hésitez pas à faire appel à un conseiller.

Article raccourci pour plus de clarté. © 2019 Focus on the Family (Canada) Association. Tous droits réservés.

RACHAEL DENHOLLANDER : LA LUMIÈRE DE L'ÉVANGILE DANS LES TÉNÈBRES

PAR SUBBY SZTERSZKY

En tant que médecin sportif pour l'équipe de gymnastique américaine et à l'Université du Michigan, Larry Nassar a abusé plus de 200 filles et jeunes femmes qui étaient confiées à ses soins et cela, pendant au moins deux décennies. Ces crimes lui ont valu une peine de prison de 40 à 175 années, qu'il purge actuellement au Michigan.

Rachael Denhollander, une avocate chrétienne évangélique, fut la première parmi les victimes de Nassar à porter des accusations contre lui. Elle fut également la dernière des 156 femmes à faire face à leur agresseur et à livrer un témoignage percutant lors du procès de Nassar.

Denhollander a prononcé un discours de 40 minutes devant la cour et Nassar, et ses paroles étaient à la fois courageuses et claires, débordantes de grâce et de perspicacité théologique. Il a attiré l'attention des médias grand public et chrétiens et il a mis en lumière des vérités que notre culture, tout comme l'Église, a besoin d'entendre.

L'inestimable valeur de la vie humaine

Quelle est la valeur d'une petite fille ? Quelle est la valeur d'une jeune femme ?

Denhollander a commencé son discours et l'a terminé avec ces questions presque rhétoriques qu'elle a répétées au cours de son allocution. Elle a affirmé que les questions sur la valeur de la vie humaine constituent le fondement du système judiciaire, qui a deux fonctions essentielles : protéger les innocents et rendre justice aux victimes.

Elle a souligné que lorsque les victimes sont blâmées ou que les crimes commis contre elles sont minimisés ou atténués (comme cela se produit trop souvent dans les cas d'agressions sexuelles), cela envoie deux messages : l'un donne du pouvoir au criminel et l'autre dévalorise la victime.

Dénoncer le mal pour ce qu'il est

Lorsque Denhollander s'est tournée pour s'adresser à son agresseur, elle lui a exprimé, sans équivoque, que ce qu'il avait fait était mal, ce qui est remarquable dans une culture qui a de plus en plus en aversion les absous moraux.

Si ce qu'ont subi Denhollander et toutes les autres filles et jeunes femmes était effectivement terrible – la confiance trahie, l'innocence démolie, les cicatrices physiques et spirituelles qui perdurent – cela signifie qu'il doit y avoir un standard de bien absolu par lequel nous mesurons le mal commis. Denhollander a exprimé ce concept à Nassar et à la cour en citant C.S. Lewis :

« Un homme ne considère pas une ligne comme étant tordue à moins d'avoir d'abord une idée de ce qu'est une ligne droite. À quoi compareais-je l'univers quand je l'ai qualifié d'injuste ? »

Larry, je peux dire que ce que tu as fait est mal et pervers parce que cela l'était. Et je sais que c'était mal et pervers parce que la ligne droite existe. La ligne droite n'est pas mesurée en fonction de ta perception ou celle d'un autre, ce qui signifie que je peux proclamer la vérité sur les abus que j'ai subis sans minimiser ou atténuer les faits daucune façon. Et je l'appelle mal parce que je sais ce qu'est le bien.

Le pardon, oui ! Mais pas sans la justice

C'est à la croix de Christ que se trouvent la justice et la

miséricorde de Dieu (Romains 3.21-26). Trop souvent de nos jours, les chrétiens ont tendance à passer sous silence la colère et le jugement divins ainsi que le besoin de se repentir, et sautent directement au pardon. Mais ce n'est que lorsqu'un pécheur reconnaît la profondeur de sa culpabilité et le prix payé pour son pardon que la grâce de Dieu devient vraiment belle et précieuse et qu'elle transforme en profondeur son âme.

Rachael Denhollander connaît et aime cet évangile glorieux. Elle l'a partagé gracieusement et de façon éloquente avec son agresseur lors de l'audience publique :

Tu as dit que tu priais pour le pardon. Mais Larry, si tu as lu la Bible que tu tiens, tu sais que le pardon ne vient pas des bonnes actions... il vient de la repentance qui nécessite de reconnaître et de faire face à la vérité à propos de ce que tu as fait, dans toute sa perversité et sa laideur, sans l'atténuer, sans chercher d'excuses, sans te comporter comme si de bonnes œuvres pouvaient effacer tout ce que tu as vu dans cette cour aujourd'hui.

... Si un jour tu réalises tout le mal que tu as fait, la culpabilité que tu ressentiras sera écrasante. Et c'est ce qui rend l'Évangile de Christ si merveilleux. Il répand la grâce, l'espérance et la miséricorde là où il ne devrait pas s'en trouver. Et il y en a pour toi aussi.

Parler malgré le prix à payer

Quand Denhollander a dévoilé publiquement les abus qu'elle avait subis, elle a présenté des preuves irréfutables ainsi que des témoignages d'experts pour appuyer ses dires. Par son exemple, elle a également inspiré les centaines d'autres jeunes femmes qui avaient été agressées par Nassar.

Malgré tout cela, elle a fait l'objet d'attaques publiques et privées concernant son récit et même sa personne. Malheureusement, même les gens de son église se sont retournés contre elle. Elle a clarifié lors de déclarations ultérieures que le rejet qu'elle avait vécu de la part de son église n'était pas concernant le cas de Nassar, mais plutôt à cause de son implication en tant qu'avocate travaillant pour la cause des victimes d'abus sexuels, en particulier

dans les églises évangéliques. Elle attribue ce rejet non pas à de mauvaises motivations, mais plutôt à une mauvaise théologie, à savoir négliger la justice pour un pardon facile, blâmer la victime pour une prétendue immodestie, ou refuser d'admettre qu'un péché sexuel grave peut se produire dans l'église.

Malgré tout, elle demeure ferme dans son engagement à parler pour les victimes. Plus étonnant encore, elle et son mari restent des adorateurs zélés pour Jésus dans leur nouvelle église, malgré tout ce qu'ils ont vécu.

Je veux que vous compreniez pourquoi j'ai fait ce choix, sachant très bien le prix à payer pour y parvenir et malgré le peu d'espérance de réussir. Je l'ai fait parce que c'était la bonne chose à faire. Peu importe le coût, c'était faire ce qui est bien.

Une voix prophétique

À cette culture qui a largement rejeté les absous moraux ainsi que la réelle valeur d'une vie humaine, elle réaffirme ces deux choses avec des arguments irréfutables. À l'église qui parfois se hâte de pardonner au risque de ne pas faire justice, elle rappelle que l'Évangile prône la nécessité des deux. Et elle met au défi la société et l'église de tout faire pour mieux protéger les plus démunis et rendre justice à ceux qui en ont le plus besoin.

Pour tout ce qu'elle a accompli et enduré, l'église et la société doivent à Rachael Denhollander une incomparable gratitude.

Article raccourci pour plus de clarté. © 2019 Focus on the Family (Canada) Association. Tous droits réservés.



NOUS SOMMES LÀ POUR VOUS AIDER

Nous savons que la vie peut être bouleversante et qu'il est parfois difficile de savoir comment surmonter les épreuves auxquelles nous sommes confrontés : qu'il s'agisse de dépendances, d'anxiété, de dépression, de relations brisées ou d'enfants prodiges. Quel que soit le problème auquel vous êtes confronté en ce moment, nous voulons que vous sachiez que vous n'êtes pas seul. Nous sommes là pour vous.

Du lundi au vendredi, notre équipe se rassemble pour prier pour les besoins des familles un peu partout à travers le pays. Vous pouvez envoyer un courriel avec vos requêtes de prière à **lettres@focusfamille.ca**. Nous serons heureux de prier pour vous.

Nous vous offrons également du soutien à travers notre site internet, **FocusFamille.ca**. Vous y trouverez des articles sur le thème du mariage, de la parentalité, de la foi et de la culture, ainsi que sur les défis et les difficultés de la vie auxquels vous pourriez être confrontés.

Pour retrouver une liste de lignes d'écoute et de services de soutien ainsi que des refuges au Canada, consultez le site web **Fr.EndingViolenceCanada.org**. Si vous faites face à un danger immédiat ou que vous craignez pour votre sécurité,appelez le 911.

FOCUS FAMILLE®

19946 80A AVENUE, LANGLEY, BC V2Y 0J8 | 1 800 661 9800 | FOCUSFAMILLE.CA