

Identifier les formes de violence que vous vivez ou que vous avez déjà vécues.

VIOLENCE PHYSIQUE

- m'étouffer en me serrant le cou
- me serrer les bras
- m'accoter au mur
- me pincer
- me donner des claques
- me tirer les cheveux
- me frapper à coups de poing
- me frapper avec un objet
- me mordre
- me lancer des objets
- me brûler avec une cigarette
- me menacer avec une arme à feu
- me menacer de mort
- tenter de me tuer
- m'empêcher de me soigner
- me priver de médicaments
- maltraiter les enfants
- me contraindre à demeurer à la maison

VIOLENCE SEXUELLE

- ridiculiser certaines parties de mon corps
- faire des farces vulgaires sur le sexe qui me déprécie
- m'obliger à faire des actes sexuels qui me répugnent
- se venger si je refuse d'avoir des relations sexuelles
- me traiter de femme frigide
- me traiter de putain
- me harceler afin d'avoir des relations sexuelles

- m'obliger à avoir des relations sexuelles
- me forcer à me déshabiller devant lui
- m'obliger à regarder des films pornographiques avec lui
- me faire souffrir pendant les relations sexuelles
- me faire prendre de l'alcool, drogue ou médicaments afin qu'il puisse abuser de moi
- abuser sexuellement d'un ou de plusieurs enfants

### VIOLENCE AFFECTIVE ET PSYCHOLOGIQUE

- me menacer de se venger
- me menacer de maltraiter les enfants
- me menacer de m'enlever les enfants si je le quitte
- me menacer de se suicider
- faire peur aux membres de ma famille
- faire peur à mes ami(e)s
- m'empêcher de fréquenter ma famille
- m'empêcher de fréquenter mes ami(e)s
- me donner des ordres
- conduire l'auto de façon dangereuse en ma présence
- m'humilier en public
- utiliser mes points faibles pour me faire mal
- me bouder et il me parle souvent pour avoir ce qu'il veut de moi
- ne fait pas l'amour avec moi pour avoir ce qu'il veut
- m'insulter et me traiter de tous les noms
- me traiter de chienne
- me traiter d'imbécile
- me traiter de niaiseuse
- me traiter d'épaisse
- me traiter de folle
- ne traiter d'incompétente
- me rendre responsable de nos problèmes
- m'accuser de ne pas être une bonne mère
- m'accuser de ne pas être une bonne ménagère
- m'accuser de le provoquer

- me faire pardonner ses actes violents en attirant ma pitié
- me dire que c'est lui qui dirige et décide à la maison
- m'empêcher de dormir pour discuter avec lui
- me rappeler que je suis incapable de me débrouiller sans lui
- est possessif et jaloux
- casser des objets devant moi
- frapper sur les murs ou sur les meubles en ma présence
- claquer la porte pour me faire peur
- surveiller mes allées et venues
- me faire surveiller
- vérifier tout ce que je dis
- surveiller mes activités à l'aide de point de repère comme le déplacement de mes souliers, vêtements, etc.
- calculer le temps de mes déplacements
- vérifier mes appels téléphoniques
- tester régulièrement pour vérifier si je mens

### VIOLENCE ÉCONOMIQUE

- me ridiculiser sur le type d'emploi que j'ai
- me contrôler par toutes mes dépenses
- m'interdire d'avoir un emploi
- m'interdire de faire des dépenses personnelles
- me cacher des informations sur le budget familial
- ne me laisse pas d'argent, c'est lui qui achète tout
- m'obliger à lui remettre ma paye
- minimiser ma contribution financière à la vie familiale en me disant que j'ai un faible salaire et peu important

### AUTRES COMPORTEMENTS VIOLENTS

- 
- 
-