

« Quand j'entends l'ascenseur qui arrive à mon étage, j'ai parfois le ventre noué. Je ne sais pas comment cela va se passer... avec ces deux là, on peut s'attendre à tout. »

« Je m'en veux, je me sens tout le temps coupable, soit de faire vivre mon enfant dans un climat de violence, soit de briser la famille si je pense à me séparer. »

« Depuis la dernière crise, ma fille préfère rester avec moi plutôt que de voir ses copines. Elle a perdu son insouciance. »

« On était tous dans la voiture, il s'est mis à conduire très vite, dangereusement. On n'osait rien dire, on ne pouvait rien faire. C'était effrayant! »

Conséquences sur les enfants

La violence conjugale peut impacter les enfants dans différents domaines de leur vie, en fonction de leur âge, des types de violence, de leur intensité et de leur fréquence :

- Le développement, la santé physique et psychologique (par exemple des difficultés dans le sommeil ou l'alimentation).
- La personnalité, le tempérament.
- Le comportement (tendance à tester les limites ou à s'isoler, chercher des moyens d'attirer l'attention, se coller aux adultes).
- La gestion des émotions, la confiance et l'estime de soi.
- La relation avec chacun de ses parents et avec sa fratrie.
- La relation avec l'environnement (école, études, vie sociale).

AVEC

Des professionnelles sont là pour offrir du soutien aux parents victimes de violence en couple et à leurs enfants.

Permanence téléphonique 022 797 10 10
Consultation parent-enfant(s) sur rendez-vous

46, rue de Montchoisy, 1207 Genève
info@avvec.ch
www.avvec.ch

parent
enfant

Violence conjugale, quelles conséquences pour la relation parent-enfant?

- La violence en couple rend chaotique la vie familiale.
- Les enfants ne sont jamais épargnés.
- Pour l'enfant, l'exposition à la violence conjugale englobe le fait de voir, d'entendre, d'observer les effets ou encore de vivre dans la peur et la terreur.
- Les parents exercent leurs rôles dans un contexte déstabilisant et stressant.
- La relation entre les parents et leurs enfants est fragilisée.

Dans la violence conjugale



ÊTRE ENFANT



ÊTRE PARENT



LA RELATION PARENT-ENFANT



LA DYNAMIQUE FAMILIALE

Problématiques

Les enfants peuvent avoir des sentiments très différents les uns des autres. Face à la violence conjugale, le vécu émotionnel est intense: tristesse, peur, colère, honte, culpabilité, etc. Par exemple, un enfant pourrait se sentir soulagé et en sécurité lorsqu'il sait que le parent auteur des violences n'est pas à la maison, alors qu'un autre peut se montrer inquiet.

Dans un contexte caractérisé par la répétition des agressions, le sentiment d'urgence et les disqualifications systématiques du partenaire, il est fréquent de douter concernant ses propres capacités en tant que parent. Sur la durée sont attaqués la confiance, le sentiment d'efficacité et l'estime de soi. Les parents victimes présentent un risque plus élevé que la population générale de développer des troubles psychologiques comme la dépression ou l'état de stress post-traumatique.

Les familles vivant de la violence conjugale sont généralement confrontées à une distorsion des rôles, c'est-à-dire qu'il y a une confusion des responsabilités entre les générations. Le terme de « parentification » exprime ce phénomène dans lequel un enfant devient « parent de ses parents ». L'enfant peut prendre soin de son parent et porter des responsabilités et des préoccupations trop lourdes pour lui.

La violence conjugale rend chaotique la vie familiale. Le quotidien est rythmé par des faits imprévisibles, souvent effrayants. Il est ainsi difficile pour la famille d'anticiper des activités ou de faire des projets, de se réjouir d'un événement quand tout peut basculer d'une minute à l'autre.

Actions possibles

POUR AIDER SON ENFANT

- Rester attentif aux besoins spécifiques de l'enfant, en lien avec son âge, son niveau de développement et son vécu émotionnel.
- Veiller à favoriser et maintenir des lieux du quotidien sûrs et stables, comme la crèche, l'école ou d'autres structures d'accueil.
- S'entourer de professionnels: faire part de la situation de violence conjugale à son pédiatre ou à un service spécialisé.

EN TANT QUE PARENT

- S'autoriser et anticiper des actions qui soulagent au quotidien et réduisent le stress.
- Reconnaître ses ressources personnelles et le soutien disponible auprès des proches.
- Chercher des informations, s'adresser à des professionnels et poser toutes les questions qui préoccupent concernant son enfant ou la parentalité.

POUR PRÉSERVER LA RELATION PARENT-ENFANT

- Identifier les rôles endossés par chacun pour rétablir un niveau de responsabilités approprié en fonction de l'âge et des compétences de l'enfant.
- Montrer à son enfant de l'affection et de la disponibilité pour consolider ce lien précieux.

POUR FAVORISER UNE DYNAMIQUE FAMILIALE RASSURANTE

- Renforcer des pratiques éducatives constantes et régulières en définissant par exemple des règles claires et simples, adaptées à l'âge afin de permettre à l'enfant de savoir comment les choses vont se passer.
- Planifier des activités, décider de routines qui donnent à l'enfant et à la famille la possibilité d'anticiper et de se réjouir. Cela diminue le stress généré par l'incertitude.