

CONFINEMENT ET RISQUE D'EXPLOSION DES VIOLENCES SEXUELLES ET DE LA PÉDOCRIMINALITÉ SUR LE NET, IL EST URGENT D'AGIR



Dre Muriel SALMONA, psychiatre, présidente de l'association Mémoire Traumatique et Victimologie <https://www.memoiretraumatique.org>
Le 30 mars 2020

Les crises, sanitaires comme celle que nous vivons avec la pandémie de COVID-19, ou bien liées à des catastrophes naturelles ou à des conflits armés, sont un facteur de risque connu et démontré de troubles psychotraumatiques pour la population, et de recrudescence de violences, pendant et après la crise, particulièrement de violences sexuelles. Le confinement à grande échelle aggrave encore ces violences du fait du huis-clos familial et institutionnel, cadre dans lequel ont lieu la majorité des violences sexuelles que subissent les principales victimes que

sont les enfants, et parmi eux, principalement les filles, les femmes, ainsi que les personnes les plus vulnérables et les plus discriminées, les personnes handicapées, malades, âgées, dépendantes et en grande précarité.

Or si, depuis le mouvement #MeToo, la loi du silence ne règne plus autant sur ces violences sexuelles, le déni et l'impunité n'ont perdu aucun terrain. Les violences sexuelles ont beau être plus révélées, les victimes sont tout autant abandonnées et les agresseurs tout aussi libres de continuer à commettre leurs crimes sans en être nullement inquiétés. La pédocriminalité explose dans le monde, chaque année le nombre de photos et de vidéos pédocriminelles répertoriées comme étant disponibles sur le net double, nous en sommes à 70 millions, la France en nombre de sites et de consommateurs d'images pédocriminelles est le 4ème pays, après les USA, le Canada et les Pays-Bas. On apprend que pendant le confinement le plus grand site pornographique du monde Pornhub dont on sait qu'il héberge des vidéos de pédocriminalité et de revenge-porn faciles à télécharger et que l'un des 10 termes les plus recherchés sur ce site est « Teen porn », a offert un accès Premium gratuit aux personnes isolées en Italie, en Espagne et dernièrement en France, ce qui lui a permis de faire bondir le taux de visite. The Guardian rapporte que beaucoup s'inquiètent de la prolifération de ces contenus illicites, une pétition initiée par Laila Mackelwait pour fermer le site a collecté plus de 500000 signature, su Royaume-Uni, des militants et des parlementaires appellent à davantage de contrôle des contenus visibles sur la plateforme pour protéger les enfants, les autorités françaises ne doivent pas rester en reste. Les enfants confinés avec ces utilisateurs de contenus illicites sont en grand danger !

Avec cette crise, il est d'autant plus urgent de lutter contre le déni, la loi du silence et l'impunité dont bénéficient ces crimes sexistes haineux envers les femmes et les enfants. Pour que le monde soit enfin plus solidaire et plus juste pour les victimes de ces crimes sexuels, pour que la vérité sur ces crimes ne soit plus niée, la reconnaissance, l'information, la prise en compte et le traitement des psychotraumatismes est un préalable nécessaire, de même que la formation de tous les professionnels susceptibles de prendre en charge, d'accompagner, de soigner les victimes, aux conséquences psychotraumatiques des violences sexuelles et à leurs mécanismes : à la sidération, la dissociation et la mémoire traumatiques. C'est ce qui permettra de démonter les mythes et les stéréotypes sexistes à l'origine de la mise en cause quasi-systématique de la parole des victimes et de leur culpabilisation et de restaurer ainsi leurs droits ainsi que leur dignité.

De par leur ampleur considérable et leurs conséquences psychotraumatiques dévastatrices sur la santé et la vie des victimes, les violences sexuelles sont reconnues comme un problème majeur de société, de droits des personnes et de santé publique. Elles sont également une grave atteinte aux droits fondamentaux des personnes (à leur dignité, intégrité mentale et physique ainsi qu'égalité entre les femmes et les hommes), et sont réprimées par la loi comme des crimes et délits. Pourtant, bien que que les viols soient considérées en droit international et européen comme des crimes de premier ordre et des traitements cruels, inhumains et dégradants, voire comme une forme de torture que les États ont la responsabilité et l'obligation de prévenir et de punir, ces crimes sont ceux qui bénéficient de la plus grande impunité ; leurs victimes sont les moins reconnues et réparées par la justice, et les moins protégées et prises en charge. Perte de chance en matière de santé, aggravation des inégalités, injustices et maltraitements sont la règle pour ces victimes. La faillite de la justice est telle qu'elle offre un permis de violer à grande échelle les filles et les femmes qui en sont les principales victimes, ainsi que les personnes les plus vulnérables, handicapées et discriminées.

En France seuls 10% des viols et des tentatives de viols sur adultes et 4% sur mineurs font l'objet de plainte, et 74% de ces plaintes sont classées sans suite, la moitié de celles instruites sont correctionnalisées en agressions ou atteintes sexuelles ; au total 10% des plaintes seulement sont jugées en cour d'assises (soit 1% des viols sur majeurs et 0,4% sur mineurs). Pire encore, depuis 10 ans les condamnations pour viols ont diminué de 40% (Infostat Justice, 2018).

Cette impunité quasi totale est alimentée par le déni, les inégalités, les stéréotypes sexistes, la culture du viol, l'absence de protection et de soins des victimes, ainsi que par la méconnaissance des psychotraumatismes dont les symptômes universels sont reprochés aux victimes et utilisés pour les décrédibiliser (sidération, dissociation, mémoire traumatique, amnésie traumatique). L'impunité met en danger les femmes, les enfants, et surtout les filles qui risquent d'autant plus de subir ces violences tout au long de leur vie : une fille sur cinq et un garçon sur treize subissent des violences sexuelles, et chaque année 94000 femmes, 16000 hommes, 130000 filles et 35000 garçons subissent des viols et des tentatives de viols par des hommes et des proches dans 90% des cas.

Pour briser ce huis-clos, sécuriser et protéger les victimes, soulager leurs souffrances une solidarité, une information sur les traumatismes, les ressources et les droits des personnes, et des interventions extérieures sous la forme de secours, d'aide, de soutien et de soins sont essentielles. Ce ne sont pas aux seules victimes de

violences et aux personnes les plus précaires, vulnérables et dépendantes de se protéger, d'alerter et de fuir, c'est pour elles, le plus souvent mission impossible. Il est indispensable de ne pas les abandonner, de se préoccuper des plus vulnérables, discriminées et précaires, d'aller vers elles, d'identifier les situations à risque et de traiter et de sécuriser ces situations quand c'est possible, de dépister les situations de violences et de secourir les victimes, de les protéger et de les aider efficacement. Sortir du déni, informer et former sans relâche, offrir des ressources, faire un dépistage systématique en posant des questions, évaluer le danger couru du fait des violences et la gravité du traumatisme (risque suicidaire, de mise en danger), signaler les violences, secourir, protéger efficacement, ne laisser aucune violence impunie et mettre en place des soins spécialisés doivent être des impératifs. Nous sommes encore loin du compte, il faut des moyens, des réformes et une réelle volonté politique à hauteur de l'enjeu en terme de santé publique et des droits fondamentaux des personnes. Mais les victimes en danger ne peuvent attendre, parallèlement à la lutte contre la pandémie, les professionnels les plus concernés doivent s'engager dans ce combat, que ce soient les professionnels de santé (identifiés comme premier recours par les victimes), du secours, de l'éducation, du social, de la protection de l'enfance, mais nous pouvons toutes et tous y participer, et la Justice doit être au rendez-vous.

Les dernières mesures législatives ([loi Schiappa de 2018](#)) restent insuffisantes pour lutter contre ces violences sexuelles et protéger toutes celles et ceux qui en sont les victimes, particulièrement les enfants et les personnes les plus vulnérables (cf mon article [Loi Schiappa, bilan, un an après](#)). La lutte contre les violences sexuelles et la protection, la prise en charge et le soin des victimes doit être une priorité absolue. Il est indispensable d'agir et de tout faire pour que l'impunité recule : il faut que la protection de l'enfance et justice soit réformées pour être plus efficaces, que des tribunaux spécialisés voient le jour avec des magistrats formés et qu'elle bénéficie de plus de moyens, et il est urgent que soient votées des mesures fortes (cf [notre Manifeste](#)) telles que :

- **[un seuil d'âge du non-consentement avec définition d'un crime sexuel spécifique pour les mineurs de 15 ans](#)** (18 ans en cas d'inceste) ; il est aberrant et cruel de chercher pour un enfant à prouver la violence, menace, contrainte ou surprise, et c'est essentiel pour lutter efficacement contre le fléau inhumain du trafic des enfants à des fins sexuelles : prostitution des mineurs, pédocriminalité sur le net ;
- **[une imprescriptibilité des crimes sexuels et une interruption de la prescription pour les crimes en série](#)** (en cas de commission d'un même crime sur une autre victime par un même auteur) et **[lors d'amnésie traumatique](#)** (40% des victimes en présentent) **en tant qu'obstacle insurmontable ;**

- **Une interdiction des correctionnalisations des crimes.**
- **La mise en place de mission pluridisciplinaires indépendantes pour évaluer la prise en charge et les décisions judiciaires concernant les plaintes pour violences sexuelles**

Avec le mouvement #MeToo, le temps de la loi du silence et de la tolérance pour les agresseurs sexuels semble révolu, mais le temps d'une réelle protection, d'une prise en charge spécialisée et de la justice pour les victimes commence à peine.

Dre Muriel Salmona, psychiatre, présidente de l'association Mémoire Traumatique et Victimologie

drmsalmona@gmail.com

<https://www.memoiretraumatique.org>

30 mars 2020

Vous trouverez ci-dessous une documentation et une courte biblio, les manifestes et pétitions à signer, des brochures à télécharger et les numéros d'urgence et d'aide aux victimes :

Pour en savoir plus : site de l'association Mémoire traumatique et Victimologie avec de nombreux articles, documents, ressources, rapports et vidéos de formation à consulter et télécharger <https://www.memoiretraumatique.org>

Ses pages sur les violences sexuelles <https://www.memoiretraumatique.org/violences/violences-sexuelles.html>

Ses pages sur les lois : <https://www.memoiretraumatique.org/que-faire-en-cas-de-violences/la-loi.html>

Ses pages sur les ressources : <https://www.memoiretraumatique.org/que-faire-en-cas-de-violences/ressources.html>

Les enquêtes de l'association sur les violences sexuelles :

Enquête IVSEA 2015, « Impact des violences sexuelles de l'enfance à l'âge adulte », conduite par Association Mémoire Traumatique et Victimologie avec le soutien de l'UNICEF France: Salmona Laure auteure, Salmona Muriel coordinatrice, 2015, Rapport et synthèse téléchargeables sur les sites <http://www.memoiretraumatique.org>.

Enquête AMTV/Ipsos 2019 : « Violences sexuelles dans l'enfance » Association Mémoire Traumatique et Victimologie/Ipsos, 2019, Rapports téléchargeables sur les sites <http://www.memoiretraumatique.org>.

Biblio sur les enquêtes OMS et nationales de victimologie :

Infostats Justice, « Violences sexuelles et atteintes aux mœurs : les décisions du parquet et de l'instruction », Bulletin d'information statistique du ministère de la Justice, n° 160, 2018.

Infostats Justice, « Les condamnations pour violences sexuelles », Bulletin d'information statistique du ministère de la Justice, n°164, 2018.

REDRESS, « Réparation pour viol, Utiliser la jurisprudence internationale relative au viol comme une forme de torture ou d'autres mauvais traitements », 2013., disponible à l'adresse suivante : www.redress.org

Les lettres numéro 8 de l'Observatoire National des violences faites aux femmes téléchargeable sur le site <http://stop-violences-femmes.gouv.fr>

Enquêtes « Cadre de vie et sécurité » CVS Insee-ONDRP, de l'Observatoire national de la délinquance et des réponses pénales ONDRP– Rapport annuel sur la criminalité en France – 2017

Enquête CSF Contexte de la sexualité en France de 2006, Bajos N., Bozon M. et l'équipe CSF., Les violences sexuelles en France : quand la parole se libère, Population & Sociétés (Bulletin mensuel d'information de l'Institut national d'études démographiques), 445, mai 2008

Enquête VIRAGE INED et premiers résultats sur les violences sexuelles : Alice Debauche, Amandine Lebugle, Elizabeth Brown, et al. Documents de travail n° 229, 2017, 67 pages

World Health Organization, « Global Status Report on Violence Prevention », Genève, WHO, 2014, 2016.

OMS. INSPIRE : Sept stratégies pour mettre fin à la violence à l'encontre des enfants : résumé d'orientation. Genève, Suisse : OMS 2016

Manifeste et pétitions de l'association à signer :

Pétition pour l'imprescriptibilité des crimes sexuels (plus de 41 800 signataires et 27 Assos co-signataires) à signer **ICI** <https://www.mesopinions.com/petition/justice/imprescriptibilite-crimes-sexuels/25896>

Manifeste pour l'imprescriptibilité des crimes sexuels : <https://manifesteim-prescriptibilite.blogspot.com>

Pétition stop impunité des crimes sexuels (plus de 103 000 signataires et ses 29 Assos co-signataires) à signer **ICI** : <https://www.mesopinions.com/petition/justice/stop-mpunite-crimes-sexuels/35266>

Manifeste contre l'impunité et ses 8 mesures : <https://manifestecontreimpunite.blogspot.com>

Manifeste Stop aux violences faites aux enfants (avec de nombreuses pages d'information sur les conséquences des violences sur la santé des enfants) : <https://manifestestopvfe.blogspot.com>

Pétition Stop aux violences faites aux enfants (plus de 50 500 signataires et ses 26 Assos signataires) à signer ICI : <https://www.mesopinions.com/petition/politique/manifeste-stop-aux-violences-aux-enfants/28367>

En cas d'urgence et de danger imminent

- **n'hésitez pas à appeler la police ou la gendarmerie en cas de scène de violences (17 ou 112 pour les mobiles), le 114 pour les personnes malentendantes,**
- **Pour des mineurs ou des personnes vulnérables (personnes handicapées, malades, âgées, femmes enceintes) si vous pensez qu'ils sont en danger et qu'ils ont subi des violences avérées il faut signaler les faits directement au procureur de la République du Tribunal de Grande Instance**
- **Il est possible de signaler des faits de violences sexistes et sexuelles et d'être conseiller sur la la plateforme de signalement en ligne des violences sexuelles et sexistes : <https://www.service-public.fr/cm>**

Il est possible de porter plainte dans n'importe quel commissariat ou n'importe quelle gendarmerie ou d'écrire au procureur de la République pour porter plainte

Les violences

Elles peuvent être :

- verbales** : injures, hurlements, silences.
- psychiques** : contraintes, chantages, humiliations, dénigrement, harcèlement, manipulations, menaces.
- physiques** : atteintes à l'intégrité corporelle, blessures corporelles, violences contre ou avec des objets.
- sexuelles** : viols et agressions sexuelles, inceste, harcèlement sexuel, exploitation sexuelle, mutilations sexuelles, mariage forcé.
- économiques** : privation de ressources.
- des négligences et des privations de soins.**

Uniques ou répétées, elles sont :

- graves** : atteintes à l'intégrité psychique et physique, à la dignité, au droit à vivre libre et en sécurité, punies par la loi.
- fréquentes** : présentes dans tous les milieux socio-culturels, méconnues, sous-estimées, non-identifiées, souvent déniées ou tolérées.
- intentionnelles** : les violences ont pour but de contraindre, de dégrader l'autre pour le soumettre, les agresseurs ne sont pas violents par essence ou par pulsion, ils sont seuls responsables de leurs actes, rien ne justifie les violences, les victimes n'y sont pour rien.
- souvent commises par des proches** : au sein de la famille, du couple, de l'école, du travail, d'institutions.
- spécifiques** : utilisant les rapports de force et d'inégalités pour s'exercer sur les plus vulnérables (enfants, personnes handicapées, âgées, marginalisées...) et les personnes discriminées.
- les violences faites aux filles et aux femmes** (au sein de la famille, du couple, au travail, et toutes les violences sexuelles en général) sont des violences sexistes fondées sur la domination masculine et les inégalités de pouvoir entre les hommes et les femmes. Elles sont un marqueur du contrôle social des femmes, sexisme et inégalités peuvent et doivent être combattus.

Les violences sexuelles, les violences familiales et les violences conjugales,

en altérant des liens familiaux et intimes, sont celles qui entraînent le plus de troubles psychotraumatiques ; les enfants y sont particulièrement exposés.

Que faire ?

Ne pas rester seul(e), se faire aider et surtout EN PARLER : à des proches fiables, à votre médecin, à des professionnels de la santé, de l'éducation, du social, du judiciaire, à la police ou la gendarmerie, à des associations spécialisées. De plus en plus de lois et de ressources existent pour lutter contre les violences et les faire cesser.

→ Si vous présentez certains des symptômes psychotraumatiques décrits dans la plaquette, consultez votre médecin, une aide spécialisée peut vous être utile et améliorer de façon importante votre santé et votre qualité de vie. Les personnes qui utilisent contre vous la violence peuvent et doivent renoncer à ces comportements, en se faisant aider par des professionnels spécialisés (et auront à répondre de leurs actes devant la loi).

Pour en savoir plus, vous trouverez des informations sur le site www.memoiretraumatique.org

→ Pour des orientations, des conseils juridiques, un soutien, un hébergement, etc. des associations spécialisées existent, dont voici une liste non exhaustive :

- VIOLENCES FEMMES INFO – 39 19
<http://www.infofemmes.com>
www.stop-violences-femmes.gouv.fr
- MALTRAITANCE ENVERS LES PERSONNES AGÉES ET LES PERSONNES HANDICAPÉES – 39 77
- ENFANCE MALTRAITÉE – 119
- SOS Viols-Femmes-Informations 0 800 05 95 95
www.cfcv.asso.fr
- AVFT, Association contre les Violences faites aux Femmes au Travail – 01 45 84 24 24 – www.avft.org
- 08 VICTIMES FRANCE-VICTIMES 01 41 83 42 08
<http://www.france-victimes.fr>
- CNIDFF – Centre d'Information sur les Droits des Femmes et Familiales : www.infofemmes.com (☎ selon département)
- GAMS Fédération nationale – www.federationgams.org
- FDFA – ECOUTE VIOLENCES FEMMES HANDICAPÉES
01 40 47 06 06 – <http://fdfa.fr/>
- MFPP – Mouvement Français pour le Planning Familial
www.planning-familial.org (☎ selon département)
- en cas d'urgence appelez le 17 (police ou gendarmerie), ou le 112 d'un portable, le 15 (SAMU), le 18 (pompiers), le 114 pour les personnes malentendantes.

Association
Mémoire Traumatique
et Victimologie

Délégation
Régionale aux
Droits des Femmes
et à l'Égalité
d'Île de France



Informations médicales SI VOUS AVEZ SUBI OU SI VOUS SUBISSEZ DES VIOLENCES

Conséquences psychotraumatiques

Et si votre mal-être était lié à des violences subies ?

Les violences ont de graves conséquences sur votre santé, sur votre intégrité physique et psychique.

Les maltraitements, les violences familiales, conjugales, sexuelles, psychologiques, au travail, NE SONT PAS UNE FATALITÉ, ce sont des infractions que la loi réprime et qu'une société sexiste et inégalitaire rend possibles, contre lesquelles nous pouvons toutes et tous lutter et dont on peut traiter les conséquences sur la santé.

Les conséquences des violences

Les psychotraumatismes

Comme la grande majorité des personnes victimes de violences, vous pouvez vous sentir particulièrement seul(e) et :

- être dans une très grande souffrance psychique et physique, en proie à des flash-back, des pensées, des sensations et des images liées aux violences qui s'imposent à vous, à des cauchemars fréquents.

- vous sentir déconnecté(e), avec un sentiment de vide, de dépersonnalisation, de culpabilité, de honte, d'être étranger au monde, avoir une perte de confiance et de l'estime de vous-même.

- vous sentir en état de danger permanent, hypervigilant(e), très anxieux(se) avec des attaques de panique soudaines qui vous terrassent, des évènements phobiques ; vous sentir irritable avec des colères explosives, tendu(e), n'arrivant plus à vous projeter dans l'avenir, dépressif(ve), en retrait social, affectif, intellectuel ; en échec scolaire, professionnel ; présenter des troubles de la mémoire, de la concentration et de l'attention, et aussi des troubles du sommeil, de la sexualité.

- être en prise avec des comportements et des conduites qui s'imposent à vous (compulsifs) et que vous ne comprenez pas, comme des conduites à risque, des mises en danger, des conduites agressives et/ou auto-agressives (tentatives de suicide, automutilations), des conduites addictives (alcool, drogue, tabac, médicaments, jeux, sexualité), des troubles alimentaires (anorexie et/ou boulimie).

- la vie peut être devenue pour vous un état de guerre permanente, sans espoir d'en sortir.

Il s'agit de conséquences normales sur la santé mentale de situations anormales (les violences), avec des troubles psychiques spécifiques comme l'état de stress post-traumatique.

Les mécanismes des psychotraumatismes

1. La mémoire traumatique

Peut-être pensez-vous être « inadapté(e) à la vie », « particulièrement fragile » ou « né(e) comme ça », ce n'est pas le cas : tous ces symptômes et comportements s'expliquent et sont les conséquences habituelles des violences, ils sont liés à des mécanismes neuro-biologiques de sauvegarde exceptionnels et connus depuis peu, mis en place par le cerveau pour échapper au risque vital que font courir les violences. Ils peuvent être traités par des professionnels de la santé spécialisés, mais sont encore rarement identifiés, dépistés, diagnostiqués et pris en charge.

Une violence insensée et à laquelle on ne peut pas échapper crée un état de sidération (paralysie psychique et physique) et un état de stress extrême incontrôlable qui entraîne un risque vital cardio-vasculaire et neurologique par « survoltage » (comme dans un circuit électrique). Pour arrêter ce risque fonctionnel, le circuit neuronal « disjoncte » automatiquement grâce à la sécrétion de drogues dures sécrétées par le cerveau (endorphines à hautes doses et drogues « kétamine-like »).

Cette déconnexion « éteint » le stress extrême et entraîne une dissociation traumatique (anesthésie psychique et physique, sentiment d'irréalité et d'être spectateur de soi-même), et des troubles de la mémoire avec amnésie traumatique et mémoire traumatique émotionnelle des violences, non contrôlable, hypersensible, isolée par la déconnexion et qui n'a pas été intégrée « dans le disque dur du cerveau ». C'est une véritable bombe à retardement, prête à « exploser » à l'occasion de toute situation rappelant les violences, en re-déclenchant les mêmes scènes, la même terreur, la même détresse, les mêmes sensations, de façon incompréhensible quand on ne connaît pas ce phénomène.

La vie devient alors un terrain miné, et pour éviter de déclencher la mémoire traumatique le patient est obligé de mettre en place des conduites d'évitement. Mais quand les conduites d'évitement ne suffisent plus, souvent seules des conduites dissociantes, dont on a soi-même fait l'expérience de leur efficacité, peuvent calmer l'état de détresse.

2. Les conduites dissociantes

Il s'agit de re-déclencher la disjonction du circuit émotionnel en augmentant le niveau de stress (par des conduites agressives et/ou auto-agressives, des conduites à risques, dangereuses, des conduites addictives) ce qui va entraîner une anesthésie affective et physique, une dissociation et calmer l'anxiété, mais va recharger et aggraver encore plus la mémoire traumatique et créer une dépendance aux drogues dures sécrétées par le cerveau.

Ces conduites dissociantes qui s'imposent sont paradoxales et déroutantes, à la fois pour les personnes victimes de violences (elles sont responsables de sentiments de culpabilité) et pour les professionnels qui s'en occupent (quand ils n'ont pas été formés pour les reconnaître).

Les personnes dissociées sont très vulnérables face aux agresseurs et risquent de subir de nouvelles violences (incapacité à se défendre en raison de leur anesthésie émotionnelle) ; les agresseurs par expérience connaissent bien ces phénomènes dont ils profitent pour assurer leur emprise sur des victimes et les instrumentaliser.

Conséquences sur la santé mentale et physique

En plus du psychotraumatisme et des lésions traumatiques directes liées aux violences physiques, les conséquences sur la santé peuvent être :

- des troubles anxio-dépressifs, des risques suicidaires, des troubles du sommeil et de l'alimentation, des addictions, des troubles cognitifs (mémoire et concentration) ;

- une fatigue intense, des douleurs chroniques, des céphalées (maux de tête), des dorso-lombalgies (mal de dos).

- des troubles digestifs, gynécologiques et génito-urinaires, endocriniens, immunitaires, allergiques, ORL, dermatologiques.

- des troubles cardio-vasculaires, palpitations, hypertension artérielle, atteinte coronaire, et aussi diabète, affections pulmonaires, ou neurologiques.

Les violences ont un impact catastrophique sur la santé. Une prise en charge médicale spécialisée et psychothérapique permet de relier les symptômes psychotraumatiques aux violences, d'en comprendre les mécanismes, de les contrôler, et d'y échapper.

d'après les travaux du Dr Muriel Salmons disponibles sur www.memoiretraumatique.org
édition de juin 2018

pour avoir des conseils et des informations n'hésitez pas à appeler les permanences téléphoniques :

- 119 (enfance maltraitée),
- 39-19 (violences faites aux femmes),
- 39-77 (maltraitance envers les personnes âgées et les personnes handicapées),
- 0 800 05 95 95 (viols femmes information du collectif féministe contre le viol),
- 116 006 numéro d'aide aux victimes,
- l'AVFT (association contre les violences faites aux femmes au travail) 01 45 84 24 24.
- Vous pouvez aussi appeler les cellules de recueil des informations préoccupantes CRIP qui ont été mises en place dans chaque département.

Pour plus d'informations sur les violences vous pouvez télécharger sur le site les plaquettes et brochures d'information :

Pour les adultes : https://www.memoiretraumatique.org/assets/files/v1/Documents-pdf/201806-Brochure_victimologie.pdf

Pour les adolescents : <https://www.memoiretraumatique.org/assets/files/v1/Documents-pdf/plaquette-d-informations-sur-les-violences-mineurs-web.pdf>

Pour les jeunes : <https://www.memoiretraumatique.org/assets/files/v1/Documents-pdf/brochure-jeunes-web.pdf>