



Centre d'étude sur le trauma  
Centre de recherche Fernand-Seguin  
de l'hôpital Louis-H. Lafontaine  
7401, rue Hochelaga  
Montréal, Québec, Canada H1N 3M5  
Tél. : 514 251-4015, poste 3574  
Fax : 514 251-4014

## La victimisation criminelle violente : une forme unique de traumatisme

Par Isabel Fortin, M. Sc.

Selon l'Enquête sociale générale de 2009, environ 6% de la population canadienne de 15 ans et plus rapporte avoir été victime d'un crime violent au cours des 12 mois précédents. La victimisation criminelle violente (voies de fait, violence conjugale, agression sexuelle, vol à main armée) représente une forme unique de traumatisme, elle provoque une réaction émotionnelle chez près de 80% des victimes. Les réactions anxieuses et dépressives des victimes d'actes violents sont généralement plus intenses que celles des personnes qui vivent d'autres types de traumatismes (par exemple, accident de la route).

### Les conséquences existentielles

Il est fréquent que la façon dont la personne perçoit le monde qui l'entoure puisse être changée

de façon temporaire ou permanente suite à une victimisation violente. En effet, les actes criminels violents impliquent qu'un acte préjudiciable a été intentionnellement commis par un autre être humain. Ainsi, les croyances d'invulnérabilité personnelle peuvent être menacées, la conception du monde (par exemple, le monde est juste, le bien engendre le bien, etc.) et la perception de sa propre valeur en tant qu'être humain peuvent aussi être altérées.

### L'aide recherchée et offerte

La recherche d'aide des victimes d'actes violents peut différer de celle des victimes d'autres traumatismes, car l'aspect interpersonnel de l'événement et les possibles conséquences existentielles (particulièrement, croire que les humains sont

fondamentalement mauvais et qu'il faut s'en méfier) peuvent altérer la confiance que la victime a envers les autres. De plus, l'entourage des victimes d'actes violents peut avoir tendance à blâmer la victime pour le crime subi afin de préserver leur sentiment d'invulnérabilité (par exemple, « Si ça lui est arrivé à elle, c'est qu'elle l'a cherché, qu'elle n'a pas fait attention, contrairement à moi. »). En outre, il est fréquent que l'entourage de la victime vive, lui aussi, des sentiments d'impuissance, de chocs, de colère et de doute envers les autres. Le fait que les proches de la victime aient à gérer leur propre réaction émotionnelle peut diminuer leur capacité à offrir un soutien adéquat. Ce type de comportement intensifie donc les conséquences négatives pour la victime et limite par le fait même l'aide qu'elle reçoit.

#### L'implication judiciaire

Une autre des particularités du vécu des victimes d'actes criminels est l'implication possible des procédures judiciaires. Le déroulement de celles-ci peut autant être un

facilitateur du rétablissement qu'un facteur aggravant les conséquences du trauma initial. La participation aux procédures judiciaires peut engendrer certains bénéfices tels que : obtenir une certaine forme de réparation ou de justice, ressentir que l'expérience de victimisation est reconnue et validée ou encore renforcer son sentiment de sécurité. Par ailleurs, les victimes vivent en général beaucoup d'anxiété à l'idée de témoigner, tant lors de la plainte, de l'enquête que lors du procès. Certaines victimes doivent également composer avec la crainte de représailles suite à la dénonciation.

En somme, puisque la victimisation criminelle violente est une forme unique de traumatisme, il peut être difficile, tant pour la victime que pour son entourage, de distinguer les réactions dites normales de celles à surveiller ou celles problématiques. Ainsi, il est suggéré de contacter une ressource spécialisée (voir « *Qui peut m'aider...* » à la page 4) afin d'évaluer l'évolution du processus de rétablissement psychologique de la victime et de ses proches. 

### Centre d'étude sur le trauma



Dr Stéphane Guay

## Le Centre d'étude sur le trauma

Par Nadim Nachar, B. Sc.

**L**e Centre d'étude sur le trauma (CÉT) fait partie du Centre de recherche Fernand-Seguin de l'Hôpital Louis-H. Lafontaine. Même s'il s'agit d'emblée d'un milieu de recherche, la clinique et l'enseignement multidisciplinaire dédiés aux problématiques entourant le trauma y occupent une place importante.

Le CÉT repose sur la collaboration de chercheurs, d'intervenants, d'étudiants et de stagiaires provenant du milieu de la psychologie, de la psychiatrie, de la criminologie, de la neurobiologie, des sciences cognitives, de la santé et de la sécurité au travail. Il est le seul centre du genre au Québec et il est dirigé par les docteurs Stéphane Guay et André Marchand, tous deux chercheurs et psychologues ayant développé une expertise dans le domaine des troubles liés aux événements traumatiques.

Le CÉT a pour mission de développer les connaissances sur l'évaluation et le traitement de l'État de stress post-traumatique (ÉSPT), ainsi que de promouvoir et diffuser les connaissances liées à l'ÉSPT.

D'ailleurs, le centre s'inscrit bien dans la mission qu'ont adoptée l'Hôpital Louis-H. Lafontaine et son centre de recherche, soit de voir au mieux-être des personnes :

- en offrant les meilleurs soins et services spécialisés et surspécialisés en santé mentale ;
- en contribuant à repousser les limites de la maladie par la recherche et l'évaluation des modes d'intervention ;
- en formant les intervenants par l'enseignement et en diffusant les savoirs. 



Dr André Marchand

## Aller de l'avant

**C**ette année, la Semaine nationale de sensibilisation aux victimes d'actes criminels (SNSVAC) se tiendra du 22 au 28 avril prochains. La SNSVAC a comme mission de sensibiliser le public aux enjeux, aux programmes, aux services et aux lois qui touchent les victimes et leur famille. Plusieurs activités susceptibles d'intéresser les victimes, leurs proches, les intervenants et les services d'aide se dérouleront un peu partout à travers le pays.

Pour en apprendre davantage sur cette 7<sup>e</sup> édition de la SNSVAC ayant pour thème « Aller de l'avant », ou pour consulter le calendrier des événements prévus, visitez le site Web [www.semaine-desvictimes.gc.ca](http://www.semaine-desvictimes.gc.ca) 



## Loi sur l'indemnisation des victimes d'actes criminels

Par Sophie Ducharme, assistante de recherche

**A**u Québec, la Loi sur l'indemnisation des victimes d'actes criminels (IVAC) prévoit les compensations financières et services auxquels les victimes ont droit dans les cas de crimes contre la personne. Cette loi couvre entre autres : l'assistance médicale, les indemnités pour incapacité temporaire ou permanente ainsi que les services de réadaptation. Dans les cas de décès, ce sont les personnes à charge de la victime qui reçoivent la compensation.

La demande d'indemnisation doit habituellement être présentée au cours de l'année suivant l'acte criminel, mais une extension du délai peut parfois être accordée sous certaines conditions, par exemple dans les cas d'agression sexuelle. Il est conseillé de demander de l'aide auprès de ressources spécialisées afin de remplir adéquatement la demande (Centre d'aide aux victimes d'actes criminels ou CLSC).

Pour plus d'information, consultez les sites [www.ivac.qc.ca](http://www.ivac.qc.ca) et [www.cavac.qc.ca](http://www.cavac.qc.ca) 



## Le 16 mai, venez à notre Café scientifique

**N**e manquez pas notre Café scientifique intitulé *Violence. Les femmes en parlent, les hommes se taisent ?* qui aura lieu le mercredi 16 mai 2012, à partir de 18 h, au Café-Bar de la Cinémathèque québécoise situé au 335, boul. de Maisonneuve Est, métro Berri-UQAM (sortie de Maisonneuve) !

Cette activité, organisée par le Centre d'étude sur le trauma, en collaboration avec les IRSC, est gratuite et ouverte à tous. Un goûter sera servi !

Réservation requise : visitez la page Web [www.hihl.qc.ca/violence-femmes-hommes](http://www.hihl.qc.ca/violence-femmes-hommes) et cliquez sur le bouton « Je veux m'inscrire à l'événement ».

Pour plus d'information, veuillez contacter Frédérique Dubé, [fdube.hihl@ssss.gouv.qc.ca](mailto:fdube.hihl@ssss.gouv.qc.ca) 



# Les difficultés de quitter une relation violente

Par Natasha Dugal, M. Sc.

**D**ifficile de comprendre qu'une victime de violence conjugale puisse faire le choix de rester avec son conjoint violent. Pourtant, les études rapportent qu'un grand nombre de personnes restent en couple malgré la présence de violence. Qui plus est, les victimes d'une violence plus sévère auraient tendance à faire plusieurs tentatives pour quitter le domicile conjugal avant de quitter pour de bon leur conjoint. Choix rationnel ou impossibilité d'agir? Les victimes de violence conjugale font face à de nombreux obstacles ou difficultés qui pourront soit brouiller leur perception de la situation vécue, soit poser des barrières pratiques à un départ. Ainsi, il est connu que certains éléments du contexte puissent freiner un départ tels que la présence d'enfants ou des contraintes financières. De plus, la dépression a été identifiée dans les recherches comme une conséquence fréquente de la violence. Une personne présentant des symptômes de dépression est davantage à risque de tomber dans un état de découragement. Cet état d'esprit pourrait l'amener à ne plus faire d'effort pour tenter de mettre fin à la violence ou pour quitter la situation. L'attachement à son partenaire est un autre facteur de première importance qui est souvent oublié par ceux

qui regardent la situation de l'extérieur et avec un œil empreint d'une plus grande rationalité. De fait, les études rapportent qu'il s'agirait, dans bon nombre de cas, de la plus importante raison qui incite la victime à retourner avec le partenaire violent. Certains auteurs abordent d'ailleurs la décision de quitter une relation violente comme une forme de dépendance dont la personne doit se défaire pour arriver à s'en sortir. L'attachement à l'autre sera parfois aussi puissant que la personne qui en est victime pourrait devoir traverser une à une les différentes étapes allant du déni à l'action et au maintien pour enfin en être affranchie.

Certains facteurs influençant la décision de mettre fin à la relation peuvent aussi être directement reliés à la forme que prend la violence dans le couple. Ainsi, si les actes de violence sont commis alternativement par l'un et l'autre des partenaires, ceux-ci auront moins tendance à se percevoir comme des victimes et à aller chercher de l'aide. Ils seront également portés à davantage excuser ou rationaliser les actes de violence commis à leur égard puisqu'ils en ont eux-mêmes été l'auteur à différentes occasions. De plus, si la violence est un important motif de rupture au sein des couples, elle peut



également en être le résultat. Loin de nécessairement mettre un terme à la violence, la séparation est parfois un déclencheur d'aggravation de la violence, lorsque celle-ci n'a pas carrément commencé après l'annonce de la séparation.

Plusieurs victimes de violence en contexte conjugal se sentent dépassées par la violence vécue et auront besoin d'aide pour cibler les stratégies les plus adéquates afin de composer avec la situation. Bénéficier d'un soutien social adéquat de la part d'amis ou de membres de la famille, pourra alors devenir essentiel à la personne victime afin d'entamer ce difficile processus et enfin se sortir de la violence. *T*

## Qui peut m'aider? Quelles sont les ressources?

Par Myra Gravel Crevier, candidate au Ph. D.

Ces ressources peuvent toutes vous aider selon vos besoins et les services sont offerts gratuitement.

Votre médecin de famille ou le CLSC de votre quartier	
Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC) <a href="http://www.cavac.qc.ca">www.cavac.qc.ca</a>	1 866 532-2822
Indemnisation des victimes d'actes criminels (IVAC) <a href="http://www.ivac.qc.ca">www.ivac.qc.ca</a>	1 800 561-4822
Plaidoyer-Victimes <a href="http://www.aqpv.ca">www.aqpv.ca</a>	514 526-9037
Tel-Aide <a href="http://www.telaide.org">www.telaide.org</a>	514 935-1105
Suicide Action Montréal <a href="http://www.suicideactionmontreal.org">www.suicideactionmontreal.org</a>	1 866 APPELLE (1 866 277-3553)
SOS violence conjugale <a href="http://www.sosviolenceconjugale.ca">www.sosviolenceconjugale.ca</a>	1 800 363-9010
Ligne-ressource sans frais pour les victimes d'agression sexuelle <a href="http://www.agressionssexuelles.gouv.qc.ca">www.agressionssexuelles.gouv.qc.ca</a>	1 888 933-9007
Regroupement québécois des Centres d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel (CALACS) <a href="http://www.rqcalacs.qc.ca">www.rqcalacs.qc.ca</a>	514 529-5252
Revivre <a href="http://revivre.org">revivre.org</a>	514 738-4873
Phobies-Zéro <a href="http://www.phobies-zero.qc.ca">www.phobies-zero.qc.ca</a>	514 276-3105
Justice Québec – Victimes d'actes criminels <a href="http://www.justice.gouv.qc.ca/francais/themes/victimes.htm">www.justice.gouv.qc.ca/francais/themes/victimes.htm</a>	

## Zoom sur l'Association québécoise Plaidoyer-Victimes

Par Frédérique Dubé, agente de communication, et Myra Gravel Crevier, candidate au Ph. D.

**L**e 13 mars dernier, Marie-Hélène Blanc, directrice générale de Plaidoyer-Victimes, et Katia Leroux, agente de recherche et d'information, ont généreusement répondu à nos questions.

### L'Association

#### D'où vient votre nom Plaidoyer-Victimes?

« Plaidoyer-Victimes » a été choisi parce que le nom reflète bien l'idée de défendre la cause des victimes d'actes criminels.

#### En quelques mots, quelle est votre principale mission?

Notre mission consiste à promouvoir et à défendre les droits et les intérêts des victimes d'actes criminels.

#### Pouvez-vous nous parler brièvement de votre association et de son historique?

Tout cela est parti de Micheline Baril qui était à l'époque chercheuse au Centre international de criminologie comparée, et professeure à l'École de criminologie de l'Université de Montréal. Madame Baril s'est alors entourée de collaborateurs, car le manque de connaissances et de services offerts aux victimes d'actes criminels était flagrant. Deux ans plus tard, en 1984, Plaidoyer-Victimes est né.

Notre organisme a contribué au développement de nombreux programmes, services et initiatives qui ont permis l'amélioration des pratiques à l'endroit des victimes. Nous effectuons encore régulièrement des représentations auprès d'instances tant provinciales que fédérales dans le but de promouvoir les

droits des victimes. Nous avons réalisé des projets majeurs : à la fin des années 80, nous avons initié le projet pilote sur la déclaration de la victime au tribunal, et en l'an 2000, nous avons organisé le X<sup>e</sup> Symposium international de victimologie à Montréal, en collaboration avec la Société mondiale de victimologie.

### Les victimes

#### De quelle façon votre association peut-elle contribuer à l'amélioration des services pour les victimes d'actes criminels?

Nous offrons des formations qui s'adressent aux intervenants pour mieux les sensibiliser et les outiller dans leurs interventions auprès des victimes d'actes criminels. Nos outils de sensibilisation répondent aux besoins d'information des intervenants et des victimes. D'ailleurs, le *Guide sur les rapprochements sexuels entre professionnels de la santé et clients* a été élaboré à la suite d'une demande d'une victime qui n'avait pas trouvé réponses à ses questions lorsqu'elle a été confrontée aux différentes instances de justice.

Nous ne sommes pas un service de première ligne, mais nous offrons un service d'information, de soutien et de référence

Coordonnées de  
l'Association québécoise  
Plaidoyer-Victimes

Téléphone : 514 526-9037  
Courriel : [aqpv@aqpv.ca](mailto:aqpv@aqpv.ca)  
Site Web : [www.aqpv.ca](http://www.aqpv.ca)



pour les victimes. C'est surtout en lien avec l'exercice de leurs droits et recours que les victimes nous contactent.

### Le mot de la fin

#### Prévoyez-vous certains projets importants dans un avenir rapproché?

Un de nos projets actuels, c'est la production du *Guide des droits des victimes au Québec*. Nous voulons guider les victimes d'actes criminels dans l'exercice de leurs droits et de leurs recours, en leur fournissant des informations pertinentes qui répondent à leurs préoccupations et facilitent leurs démarches. Le lancement de ce Guide est prévu dans un an.

#### En un mot, qu'est-ce que les gens devraient retenir de votre association?

Notre mission est unique au Québec. Plaidoyer-Victimes travaille depuis presque trois décennies à la défense des droits de l'ensemble des victimes d'actes criminels. Elle l'a toujours fait en partenariat et concertation avec plusieurs autres personnes et organisations. *T*

# Témoignage de Brigitte, victime d'un acte criminel

Par Brigitte

## Le crime

Nous sommes le 31 août 2011. Je termine ma journée de travail, il est 15 h 30. Je suis seule en voiture et je me dirige vers un centre commercial. Je roule, et vers 15 h 45, un individu entre dans ma voiture, côté passager. Il me crie après pour que je parte avec lui. Il me séquestre, me retient, me pousse, sacre après moi, etc. Je refuse de partir avec lui. Il me retient et me blesse. Je réussis à sortir de l'auto et il se sauve avec mon véhicule.

## Ses conséquences

Je me croyais au-dessus de cet événement. Les deux semaines qui ont suivi, je continuais de travailler comme si de rien était. Une certaine journée, j'ai reçu plusieurs appels, soit : du garage, me disant que mon auto était réparée (mon véhicule avait été retrouvé

quelques jours après l'évènement), du procureur et de la police.

Par après, j'ai dû quitter mon emploi, car, à ma grande surprise, je n'étais plus capable de fonctionner normalement. La police m'a référée au CAVAC et celui-ci m'a conseillé de me faire suivre en psychologie et m'a demandé si j'acceptais un suivi avec le Centre d'étude sur le trauma de l'Hôpital Louis-H. Lafontaine... J'ai accepté !

## Mon rétablissement

Une personne de ce centre m'a appelée dès le lendemain et j'ai obtenu un rendez-vous dans la même semaine.

Au premier rendez-vous, on m'a expliqué que je pouvais avoir quatre rencontres de deux heures avec une psychologue et que même mon conjoint bénéficierait

d'une rencontre d'une heure avec cette même psychologue et qu'ensuite, il y aurait des rendez-vous sur place et/ou téléphonique.

Mes rencontres avec la psychologue ont été très bénéfiques. Ça m'a permis de me comprendre à nouveau et de faire la lumière sur l'évènement et de l'accepter. Ça m'a aussi outillée et aidé à reprendre confiance en moi et enfin reprendre ma vie en main.

Ce que j'ai apprécié avec ce centre, c'est le fait que mon conjoint ait eu le droit à une consultation. Cela lui a permis de mieux comprendre mes réactions.

Ma vie continue.

Un gros merci à toute l'équipe ! 



## Saviez-vous que ?

Par Myra Gravel Crevier, candidate au Ph. D.

**S**aviez-vous que selon l'Enquête sociale générale de 2009, près de 7,4 millions de Canadiens ont déclaré avoir été victimes d'un acte criminel au cours des 12 mois précédant l'enquête ? Les actes criminels les plus fréquemment rapportés sont des vols (47 %) et du vandalisme (11 %). Les crimes impliquant de la violence affectent près de 6 % des Canadiens au cours d'une année, incluant les voies de fait (19 %), les agressions sexuelles (8 %) et les vols qualifiés (4 %). Les actes criminels sont plus souvent rapportés chez les hommes âgés de 15 à 24 ans. Les individus qui font appel à des centres d'aide sont majoritairement des victimes d'actes violents et des femmes (81 %). En outre, entre 2009 et 2010, les organismes d'indemnisation ont accordé près de 63 millions de dollars aux victimes. Les demandes étaient effectuées principalement par des femmes (64 %) pour des actes de voies de fait et d'agression sexuelle. L'incident premier pour lequel les hommes effectuaient une demande d'indemnisation était un acte de voie de fait (61 %). 

**Source :** l'information sur la criminalité au Canada est recueillie par Statistique Canada au moyen de deux enquêtes complémentaires : l'Enquête sociale générale (ESG) sur la victimisation et le Programme de déclaration uniforme de la criminalité (DUC) effectuées en 2009.

# Quelques mythes sur les agressions sexuelles

Par Valérie Billette, Ph. D.

**L**es mythes sont des attitudes et des croyances qui sont généralement fausses et stéréotypées. Les mythes au sujet des agressions sexuelles sont nombreux. Ils ont pour fonction de banaliser ou nier les agressions sexuelles et de faire porter la responsabilité aux victimes. Cela permet aux individus de ne pas se confronter à la réalité et à l'étendue de la problématique des agressions sexuelles. Le sentiment de sécurité de même que la croyance que le monde est juste (les mauvaises choses arrivent à ceux qui le méritent) sont ainsi préservés. En voici quelques-uns :

## Les agresseurs sont des inconnus.

Dans la majorité des cas, la victime connaît son agresseur. En effet, près de 8 victimes sur 10 connaissent leur agresseur.

## Les hommes sont incapables de contenir leurs pulsions sexuelles.

La plupart des agressions sexuelles sont préméditées. L'agresseur s'assure de développer une relation de confiance avec la victime, de planifier l'agression. L'agression sexuelle ne découle pas d'un désir sexuel mais d'un besoin de soumettre l'autre, d'avoir du pouvoir. Il s'agit d'un acte de violence, de prise de contrôle où la sexualité est utilisée comme une arme.

## Seul un certain type de femmes est agressé. Les victimes provoquent les agressions sexuelles par leurs attitudes et comportements.

Toutes les femmes peuvent être victime d'agression sexuelle, et ce, peu importe l'âge, le milieu d'origine, la réputation, le milieu social et le comportement.

## Il ne s'agit pas d'une agression sexuelle si la femme s'est présentée au domicile de l'homme ou si aucune arme n'est utilisée.

Pour plusieurs, l'agression classique serait commise par un étranger qui utilise une arme, qui agresse avec beaucoup de violence, à l'extérieur, dans une ruelle sombre. Toutefois, pour la majorité des victimes, ces éléments sont absents. En effet, la plupart sont agressées par une connaissance, dans une résidence privée.

\*\*\*

Il importe d'être conscient des mythes au sujet des agressions sexuelles, car ils ont des conséquences néfastes pour la victime. En effet, de telles conceptions peuvent engendrer des reproches, ainsi que la négation du sérieux de l'agression et de l'expérience vécue par la victime. Elles influencent le soutien offert et sont ainsi une entrave au rétablissement.

Pour plus d'information sur cette problématique, consultez le site Web du Regroupement québécois des CALACS : [www.rqcalacs.qc.ca](http://www.rqcalacs.qc.ca)



Vous pouvez appeler au 514 529-5252 ou à la ligne d'écoute pour les victimes d'agression sexuelle au 1 888 933-9007. 

## PARTICIPANTS RECHERCHÉS

Nous menons présentement deux principales études et nous sommes à la recherche de personnes prêtes à y participer ! Les recherches que nous menons visent à améliorer les soins psychologiques offerts aux victimes d'événements traumatiques.

### PRÉSENTATION ÉCLAIR DES DEUX ÉTUDES

#### 1. IMPACT SOCIAL ET PSYCHOLOGIQUE DES ACTES VIOLENTS

##### Mots clés :

- victime ou témoin d'un acte criminel dans les 20 derniers jours
- acte violent représentant une menace à votre vie ou à votre intégrité physique

Ces mots clés vous parlent ? Contactez Isabelle Bernier au 514 251-4015, poste 3734 pour en savoir plus.

#### 2. TRAITEMENT DE L'ÉTAT DE STRESS POST-TRAUMATIQUE (ÉSPT) ET DES CAUCHEMARS

##### Mots clés :

- drame qui a changé votre vie il y a plus de 6 mois
- insomnie et cauchemars au moins 4 fois par semaine
- efforts pour éviter de penser à l'incident
- hypervigilance ou sursauts

Ces mots clés vous parlent ? Contactez Katia Levrier au 514 251-4000, poste 3144 pour en savoir plus.

# Victime d'un acte criminel? À chacun ses besoins!

Par Isabel Fortin, M. Sc.



**P**uisque chaque individu et chaque acte criminel sont différents, il est ardu d'établir quels sont les besoins « normaux » à la suite d'une victimisation. Cependant, la plupart des victimes sont initialement en état de choc, de confusion et de déséquilibre dans les premières heures suivant l'événement. À ce moment, certaines auront besoin de se retrouver seules afin de « digérer » ce qui vient de se passer, d'autres souhaiteront en parler avec leur entourage. Lorsque les proches de la victime ne sont pas disponibles ou ne sont pas en mesure de répondre aux besoins de celle-ci, il peut être pertinent de recourir à un service de soutien ou à une ligne d'écoute.

## À la suite de l'évènement

Durant le premier mois suivant l'évènement, les réactions de stress sont communes, quoique temporaires pour la majorité des individus victimisés. Néanmoins, il est tout à fait possible que les victimes aient besoin de soutien, soit de la part de leur entourage ou de professionnels, afin de surmonter les difficultés pouvant être vécues suite à l'évènement. D'ailleurs, selon les résultats d'une étude américaine (Brickman et coll., 2002), environ 75 % des victimes d'acte criminel ont besoin de soutien émotionnel et psychologique à la suite de l'évènement. En outre, environ 50 % des victimes rapportent avoir besoin d'information (par exemple, sur les services offerts aux victimes, sur les procédures judiciaires criminelles, sur l'enquête policière, etc.). Finalement, 25 % des répondants de l'étude de Brickman et de ses collaborateurs ont déclaré avoir eu besoin d'une aide tangible telle que l'installation de systèmes de sécurité ou le remplacement des biens endommagés. Un autre exemple important de soutien tangible est la possibilité, pour certaines victimes, d'obtenir une indemnisation auprès de la Direction de l'indemnisation des victimes d'actes criminels (IVAC). La personne peut alors bénéficier d'un soutien financier, de mesures de réadaptation physique et sociale ou participer à des programmes de réadaptation professionnelle.

## Ça va passer! Vraiment?

Pour plusieurs, une fois les premières semaines passées, leur fonctionnement revient à l'état initial qui prévalait avant l'évènement. D'autres reprendront seulement un fonctionnement partiel ou développeront des réactions intenses et chroniques (par exemple, des flashbacks, un évitement persistant du lieu de l'évènement et une hypervigilance). En ce qui a trait aux victimes de crimes violents, beaucoup d'entre elles seront aux prises avec de telles réactions. Parmi elles, 20 % à 40 % développeront un état de stress post-traumatique, environ 30 %, un trouble du sommeil, et 15 %, une dépression. Lorsque le fonctionnement habituel de la personne est encore altéré quelques mois après l'évènement, il est pertinent de recourir à des services d'aide formelle (par exemple, un psychologue spécialisé).

En somme, les besoins des personnes victimes ou témoins d'un acte criminel sont variés et peuvent dépasser les capacités ou les connaissances de leur entourage. Les proches eux-mêmes peuvent aussi rapporter vivre une certaine détresse personnelle. Dans ce cas, il peut s'avérer utile de contacter les ressources spécialisées pour les victimes. Elles peuvent offrir des services adaptés aux besoins qui surgissent en lien avec ce type de situation. 

BRICKMAN, E. (2002), "Development of a national study of victim needs and assistance", *US Department of Justice*, pp. 42-55, disponible au: [www.ncjrs.gov](http://www.ncjrs.gov)



# Pour les proches

Par Stéphane Guay, Ph. D., directeur du  
Centre d'étude sur le trauma et  
professeur à l'École de criminologie de  
l'Université de Montréal

**Très souvent**, le fait de parler à l'entourage (famille, amis, collègues, etc.), d'exprimer ses craintes, ses émotions, ses inquiétudes constituent d'excellents moyens qui permettent de dédramatiser l'acte criminel, de trouver des solutions, et même de faire ressortir des conséquences positives face à un événement qui, de prime abord, semble catastrophique. Cependant, les proches ne savent pas nécessairement quoi faire pour aider la victime et ceci est tout à fait normal. Les proches adoptent intuitivement certains comportements qui peuvent s'avérer utiles lors d'évènements stressants normaux. Toutefois, les évènements traumatisants et les conséquences qu'ils entraînent sont de nature différente et peuvent entraîner des réactions de stress beaucoup plus intenses. Conséquemment, les comportements de soutien habituels peuvent s'avérer insuffisants et peuvent même nuire au bien-être de la victime et ce, même si l'intention était bien positive au départ. Voici certaines suggestions concernant les façons dont un(e) proche peut apporter du soutien à la personne qui a été victime d'un acte criminel :

### *L'encourager à parler de l'évènement.*

- **Pourquoi?** une discussion ouverte et non culpabilisante pourrait contribuer à lui faire voir les événements sous de nouveaux angles.

### *Ne pas critiquer négativement ses réactions ou le temps qu'elle prend pour se remettre de l'évènement.*

- **Pourquoi?** les critiques négatives sont fréquemment vécues comme des agressions de la part des victimes et peuvent ralentir le processus de récupération plutôt que l'accélérer.

### *Ne pas minimiser l'ampleur de l'évènement et de ses conséquences.*

- **Pourquoi?** se faire dire que ce n'est pas si grave que ça, que le temps va arranger les choses, etc., génère de la culpabilité plutôt qu'un mieux-être.

### *L'encourager à chercher de l'aide professionnelle au besoin.*

- **Pourquoi?** les victimes, particulièrement les hommes, peuvent avoir tendance à vouloir surmonter seules leurs réactions de stress aigu, même lorsqu'elles se prolongent au-delà de plusieurs mois. Leur état de détresse peut alors se chroniciser et se développer notamment en un état de stress post-traumatique. 