



*Université Abderrahmane mira de Bejaia*  
*Faculté des Sciences Humaines et Sociales*  
*Département des Sciences Sociales*

## *Mémoire de fin de cycle*

En vue de l'obtention du diplôme de Master en Psychologie

*Option* : psychologie clinique

*Thème*

# **L'affirmation de soi chez les femmes victime de violences conjugales**

---

**Etude de cinq (05) cas**

---

*Réalisé par :*

BOUDJEMIL Louiza

BOUGHANEM Fazia

*Dirigé par :*

Mme BOUHOUIN

**Année universitaire 2016/2017**

## REMERCIEMENTS

*Nous tenons d'abord à remercier le dieu qui nous a donné la force pour réaliser ce modeste travail.*

*Nous tenons aussi à remercier et exprimer notre reconnaissance à notre enseignante et promotrice M<sup>m</sup> BOUHOUI pour son aide précieuse, pour tout le temps qu'elle nous a consacré et l'intérêt qu'elle a manifesté pour notre travail.*

*Nos remerciements vont aussi toutes Les membres du service santé mental à la polyclinique de el-kseur surtout M<sup>m</sup> Hami et aussi toutes les membres de service médecine légal au l'hôpital FRANZ FANON*

*Nous tenons également à remercier l'ensemble des enseignants de notre spécialité et les membres d u jury qui ont accepté d'examiner ce travail.*

*Enfin, que toutes les personnes ayant contribué de près ou de loin à la réalisation de ce travail trouvent ici nos sincères reconnaissances.*

# *D é d i c a c e*

*VAVA AZIZENE ; puisse ce travail constituer une légère compensation pour tous les nobles sacrifices que tu t'es imposé pour assurer mon bien être et mon éducation.*

*Qu'il soit l'expression de ma profonde gratitude et ma grande considération pour le plus dévoué des pères que tu es. Puisse dieu te prêter longue vie, santé et bonheur.*

*A la personne devant elle tous les mots de l'univers sont incapables d'exprimer mon amour et mon affection pour elle, à celle qui est la plus cher, à mon cœur « yema azizene » .si tu savais combien je t'aime.*

*A mes chères sœurs : Malika et ces filles, Kahina et ces enfants, Lila et ça fille, Sonia a son bébé, et mes petite sœur tassadit et tiziri*

*A mes chères frères layazid et sa femme et fahem*

*A mon ami adorable et unique sofiane*

*A toute ma famille paternelle et maternelle.*

*A ma binôme fazia*

*A tous mes amies et mes amis.*

*A tous ceux qui, de loin ou de près, ont contribué à la réalisation de ce travail.*

**LOUIZA**

# *D é d i c a c e*

*VAVA AZIZENE ; puisse ce travail constituer une légère compensation pour tous les nobles sacrifices que tu t'es imposé pour assurer mon bien être et mon éducation.*

*Qu'il soit l'expression de ma profonde gratitude et ma grande considération pour le plus dévoué des pères que tu es. Puisse dieu te prêter longue vie, santé et bonheur.*

*A la personne devant elle tous les mots de l'univers sont incapables d'exprimer mon amour et mon affection pour elle, à celle qui est la plus cher, à mon cœur « yema azizene » .si tu savais combien je t'aime.*

*A mes chères sœurs : Kahina et son mari, Zoulikha et son mari*

*A mes chères frères Slimane Arezki, et mon ange Walid*

*A mon oncle adorable et unique Ali et sa femme et ses enfants*

*A toute ma famille paternelle et maternelle.*

*A ma binôme Louiza*

*A tous mes amies.*

*A tous ceux qui, de loin ou de près, ont contribué à la réalisation de ce travail.*

**FAZIA**

# **SOMMAIRE**

# Sommaire

## Cadre générale de la recherche

Introduction : .....	01
1. Problématique : .....	03
2. choix du thème : .....	07
3. Les hypothèses : .....	07
4. Définition des concepts clés : .....	07
5. Opérationnalisation des concepts clés : .....	07

## Partie théorique

### Chapitre 01 : la violence conjugale

Préambule : .....	08
1. Définition des concepts : .....	09
2. Les formes de la violence conjugale : .....	10
3. Les cycles de la violence conjugale : .....	12
4. La typologie de la violence conjugale : .....	13
5. Les modèles théoriques explicatifs de la violence conjugale : .....	15
6. les spécificités d'un homme violent : .....	15
7. Les conséquences de la violence conjugale sur les femmes et sur les enfants : .....	16
Synthèse : .....	18

### Chapitre 02 : affirmation de soi

Préambule : .....	19
1. Aperçu historique de l'affirmation de soi : .....	20
2. Définition on de l'affirmation de soi : .....	20

3. Les étapes de l'affirmation de soi : .....	21
4. L'étiologie de manque d'affirmation de soi : .....	21
5. Les principes d'affirmation de soi : .....	22
6. Les techniques utilisées dans l'affirmation de soi : .....	23
7. Les comportements explicatifs d'affirmation de soi : .....	25
8. Les thérapies explicatives de l'affirmation de soi : .....	25
9. Les stratégies de la femme face à la violence conjugale : .....	26
synthèse: .....	29

## **Partie Pratique**

### **Chapitre 03 : Méthodologie de recherche**

Préambule : .....	30
1. La pré-enquête : .....	31
2. La méthode de recherche : .....	31
3. Le terrain de recherche : .....	32
4. Groupe de recherche : .....	32
5. Les outils de la recherche : .....	34
6. Les difficultés rencontrées : .....	37
synthèse: .....	39

### **Chapitre 04 : présentation, analyse et discussion des résultats**

1. Le cas d'Amel : .....	40
2. Le cas d'Anissa : .....	43
3. le cas de Djamila : .....	46
4. le cas de Zakia : .....	49
5. le cas de Kahina : .....	52

Discussion des hypothèses : .....	56
Conclusion: .....	58
bibliographie	
Annexes	

## **La liste des tableaux**

<b>Tableau N° 01 :</b> Tableau récapitulatif des femmes sélectionnées.....	34
<b>Tableau N° 02 :</b> L'analyse de test de Rathus de Amel.....	41
<b>Tableau N° 03 :</b> L'analyse de test de Rathus de Anissa.....	44
<b>Tableau N° 04 :</b> L'analyse de test l'échelle de Rathus de Djamila.....	47
<b>Tableau N° 05 :</b> L'analyse de l'échelle de Rathus de Zakia.....	50
<b>Tableau N° 06 :</b> L'analyse de l'échelle de Rathus de Kahina.....	53
<b>Tableau N° 07 :</b> Les résultats de l'échelle de Rathus sur les cinq cas.....	55

# **Introduction**



## **Introduction**

Les violences conjugales sont basées sur une relation de domination au sein du couple. Comme toutes les violences, elles sont intentionnelles, et représentent une atteinte au droit fondamentale des femmes, à vivre en sécurité et une atteinte à leur dignité.

Ce phénomène n'est pas un simple conflit, ni un acte accidentel, c'est un problème sociétal qui ne peut pas être abordé sans interroger les rapports de genre au sein de notre société, et qui s'intègrent dans des violences de genre (toutes les violences commises envers les femmes en tant que femmes) et reposent sur un ensemble de facteurs historiques, culturels, sociaux et psychologiques qui traduisent un rapport de domination des hommes sur les femmes.

Les hommes violents sont souvent des individus qui n'arrivent pas à s'inscrire dans le monde et dans la société de façon satisfaisante : à la base de leur violence il y a une crise existentielle profonde qui les pousse à considérer les autres, et notamment les femmes, comme « rien », peut-être aussi parce qu'eux-mêmes n'arrivent pas à donner beaucoup de valeur à leur vie, et n'arrivent pas non plus à obtenir une considération adéquate de la part des autres (et notamment des femmes). La violence est donc apparue comme le seul moyen pour s'imposer, contrôler et dominer l'autre.

La femme est la première cible de violence conjugale, elle en subit les effets directs sur sa santé physique, psychologique, affective, sociale et professionnelle. Et pour les enfants la violence influe sur leur santé, leur développement comportemental, affectif, cognitif et social. Donc la violence conjugale s'avère susceptible d'engendrer des difficultés dans plusieurs sphères de la vie de la femme et de l'enfant.

La violence envers la femme n'est pas seulement physique, mais elle peut s'exercer aussi sous plusieurs formes ; à savoir : psychologiques, verbales, sexuelles et économiques, des menaces ou des contraintes, qui peuvent aller jusqu'à la mort.

Le choix de thème de la recherche intitulé « l'affirmation de soi chez les femmes victimes de la violence conjugale » qui est considéré comme un phénomène particulière qui étudie la situation familiale et les conséquences de la violence sur la santé physique et mentale de la femme.

Notre objectif est étudiée les réactions des femmes aux violences subies et d'évaluer les fréquences des divers types de violence et analysé ces conséquences, et plus précisément l'influence de la violence sur les capacités de l'affirmation de soi chez elle. Afin de réaliser cette dernière, nous allons adopter dans notre recherche la théorie de cognitivo-comportemental.

Pour atteindre nos objectifs, nous avons un plan de travail qui comporte une problématique, hypothèse et la définition des concepts clés. Ce travail de recherche se devise en deux parties :

**La partie théorique**, qui comporte deux chapitres :

Le premier chapitre abordé la violence conjugale présentée par différentes définition, les formes de la violence conjugal, les cycles, la typologie, Les modèles théoriques de la violence conjugale, Les caractéristiques de l'homme violent, Les conséquences de la violence conjugale sur les femmes et sur les enfants et Les raisons pour lesquelles les femmes restent.

Le deuxième chapitre abordé l'affirmation de soi , en commençant par une aperçu historique et des différentes définitions, les étapes de l'affirmation de soi l'étiologie du manque d'affirmation de soi, les principes d'affirmation de soi, les techniques utilisées, les comportements explicatifs en terminant par les thérapies explicatifs.

**La partie pratique**, qui comporte elle aussi deux chapitres :

Le premier concerne le cadre méthodologique, nous avons choisi la méthode clinique, utilisé un guide d'entretien semi-directif et l'échelle de Rathus pour mesurer le degré d'affirmation de soi chez les femmes victimes de la violence conjugale

Le deuxième chapitre est basé sur la présentation, l'analyse et l'interprétation des résultats.

**Cadre général  
de la  
Problématique**

## **La problématique**

L'histoire de l'humanité montre que les relations des hommes avec des femmes ont été des relations de domination, dans toutes les sociétés aussi divers soient-elles, mais à des degrés différents. certaines femmes sont victimes d'inégalité de droit par rapport aux hommes, cette situation s'exprime en particulier par le phénomène de la violence contre les femmes dans différents espace de leur vie comme le milieu familial, professionnel ...

La violence est un phénomène complexe dans la société caractérisée essentiellement par l'usage de la force, et ce phénomène touche tous les pays, pays développé /pays du sud, pays de culture judéo-chrétienne/pays de culture musulman (CHerifa .B, 2013, p.177)

La violence faite aux femmes est un phénomène universel qui n'épargne aucun pays du monde, il peut prendre de nombreuses formes du mauvais traitement et de négligence dont elles sont victimes dans leurs relations intimes et familiales. Les femmes peuvent être battues par leurs pères, leurs frères, leurs fiancés et surtout par leurs conjoints, ce qu'on appelle « violence conjugale ».

La violence conjugale ne semble pas être réservée à un groupe social en particulier. Elle concerne tous les milieux riches et pauvres, ruraux et urbains, quel que soit le niveau d'études, l'âge ou l'origine culturelle, il est donc comme toutes les autres violences exercées à l'encontre des femmes, ne se limite pas à un problème judiciaire et social, mais est désormais considérée comme faisant partie intégrante de la santé publique .

ILs'inscrit dans un processus au cours duquel, pour instaurer et maintenir une supériorité, le partenaire recourt à la force, à la menace, à la contrainte ou à tout autre moyen de pression ou de maltraitance donc ne constitue pas un fait isolé ou un accident dans une relation de couple en difficulté. Elle est toujours un abus de pouvoir qui s'exerce au quotidien sous des formes plus ou moins explicites.

Donc la violence de conjoint est un processus aux cours duquel une personne exerce à l'encontre de sa partenaire dans le cadre d'une relation privée et privilégiée, des comportements agressifs et destructeurs. (Baccino .E, 2014, P.51)

L'organisation mondiale de la santé(2012) à définie la violence à l'égard des femmes comme « violence physique, émotionnelle, financière ou sexuelle perpétrée par un partenaire conjugale, constitue l'un des problèmes de santé mondiale les plus importants. Même si certains hommes subissent de la violence conjugale, les femmes demeurent plus à risque d'en connaître les formes les plus sévères, ainsi que de souffrir de conséquences aiguës et chroniques » (GHayda. H, 2013, P.06)

Selon les formes de violence utilisées et la durée de la relation dans un contexte de violence conjugale, les conséquences de celle-ci sur la santé physique et psychologique des femmes sont nombreuses. Sur le plan physique, ces dernières peuvent souffrir, entre autres, de problèmes alimentaires, digestifs ou cardiaques, de migraines, d'insomnie, de troubles sexuels, de difficultés de concentration ou d'oublis fréquents, d'asthme ou de crises d'hyperventilation, de fractures ou de foulures. Du point de vue psychologique, ces femmes peuvent vivre, entre autres, une perte de confiance et d'estime de soi de la confusion, des doutes et une certaine ambivalence, de l'anxiété, des crises de panique, de l'hyper vigilance et du stress continu. Des sentiments d'humiliation, d'incompétence, de honte, de colère et d'impuissance, la perte d'intérêt dans la vie, en soi et par rapport aux autres. (Sonia. G et al, 2012, P.15)

L'agression de partenaire comprend les agressions psychologiques, verbales, physiques et sexuelles ainsi que les actes de domination sur le plan économique. Elle ne résulte pas d'une perte de contrôle, mais constitue, au contraire, un moyen choisi pour dominer l'autre personne et affirmer son pouvoir sur elle. Elle peut être vécue dans une relation maritale, extraconjugale ou amoureuse à tous les âges de la vie. (Sylvie. L, 2011, P .03)

La constance, la répétition et l'intentionnalité des comportements violents, sont des facteurs déterminants pour identifier et définir la violence conjugale (Lindsay et Clément, 1998, OMS ,2002)

La violence de conjoint est un geste de domination d'un homme sur une femme dans le cadre général et historique de la domination des hommes sur les femmes et des rapports force inégaux entre les deux genres sur les plans public et privé (Hélène, Louise .F, 2000, P .8)

Selon l'association SOS Femme en détresse de la wilaya de Bejaïa a mise en garde de l'ampleur de ces fléaux .en effet, selon les statistiques basées sur des rapports de l'observation national de la femme environ 8milles femmes ont été victime de violence conjugale mais aussi autres forme de violence envers la femme lors de 1er semestre de l'année 2016 (HARON. L)

Lorsque la femme victime dans sa relation conjugale commence à reprendre de l'estime de soi, elle change peu à peu la perception de sa place au sein de ses relations interpersonnelles, elle tentera alors de s'affirmer.

S'affirmé consiste à exprimer le plus directement possible ses pensées, ses idées, ses sentiments et ses désirs, c'est aussi agir selon ses propre intérêts et faire respecter ses droits, pour autant porter atteinte à ceux des autres. Les aspects non verbaux du comportement (intensité de la voix, intonation, gestualité, regard) et le contenu verbal ont autant d'importance et s'adaptent aux différentes situations rencontrées (un refus, recherche de contacte) (Stefka I-M et al, 2005, P .10)

L'affirmation de soi est une formidable compétence relationnelle qui permet de se faire entendre et qui permet d'acquérir des nouvelles compétences communicationnelles et sociales pour corriger les conduites dysfonctionnelle, c'est une attitude qui s'apprend tout au cours de la vie de l'individu et elle se développe au contact des autres Lorsqu'un individu s'affirme c'est qu'il croit en Sa valeur, en ses idées. Lorsque nous nous affirmons, notre langage doit être précis, Simple et en harmonie avec nos sentiments.

Donc est une position relationnelle qui renvoie à la capacité d'identifier d'accepter et de faire respecter ses propres limites émotionnelles tout en respectant celles de son interlocuteur. Un individu en déficit d'affirmation de soi peut ainsi entretenir un mal être psychique, un inconfort émotionnel et des difficultés relationnelles.

S'affirmer n'est donc pas s'opposer et chercher pour tous les moyens à obtenir ce que l'on souhaite. C'est savoir exprimer des sentiments positifs, savoir transiger, savoir battre en retraite quand c'est la meilleure solution. Savoir communiquer clairement, sans détour à notre environnement nos besoins et nos droits. C'est maintenir notre autonomie en communiquant notre pouvoir d'agir et de décider. C'est apprendre à dire oui et à dire

non quand il le faut, à qui il le faut et se sentir en accord avec soi-même et aussi va permettre au contraire d'avoir un équilibre émotionnel et de trouver sa place dans la relation à l'autre, sans s'effacer et sans agressivité. Savoir s'affirmer va être la capacité d'être expressif de soi : de ses opinions, de ses valeurs, de ses émotions, de ses besoins et de ses limites, pas seulement en s'exprimant verbalement mais aussi en agissant.

La thérapie d'affirmation de soi s'adresse aux personnes dont la timidité, l'anxiété sociale, l'agressivité, ou l'inhibition, perturbe les relations interpersonnelles. Elle peut être appliquée à tous les domaines dans lesquels peuvent être rencontrées des difficultés relationnelles.

Selon E. Alberti et Emmons .M.L(1974) les techniques d'affirmation de soi sont définies comme permettant d'agir un mieux dans son propre intérêt, et défendre son point de vue sans anxiété exagéré, d'exprimer avec sincérité ses sentiments et d'exercer ses droits sans dénier ceux des autres.

Les techniques d'affirmation de soi visent à agir sur tous les aspects de l'incompétence sociale et de la relation à l'autre. Elles permettent de développer des compétences qui rendront les situations sociales moins anxieuses et plus aisées.

L'affirmation de soi donne au couple la possibilité d'approfondir son intimité en effet, on exprime son besoin, tout en respectant l'autre, ce qui permet au couple de s'entendre et de trouver sa solution, c'est un point de départ, un préalable indispensable qui, en établissant une communication respectueuse et de qualité, va permettre au couple de construire son identité et son sens de vie (Frédéric .F, 2010, PP.62-63)

Donc un couple doit être capable de transiger d'égal à l'égal, d'être confronté à soi-même, avec ses limites, avec ses faiblesses, d'être remis en question par l'autre il s'agit d'admettre ses torts, de manière franche mais dans une atmosphère de respect, d'estime mutuelle et de confiance sans que cela tourne à la guerre de pouvoir.

(Jacques. S et al, 2004, P.47)

A la lumière de ce qui précède, on a essayé de répondre à la question suivante :

-Est-ce-que les femmes victimes de la violence conjugale présentes un problème d'affirmation de soi ?

**Les hypothèses :**

-les femmes victimes de la violence conjugale présente un manque d'affirmation de soi.

❖ **Définition des concepts et leurs opérationnalisations**

• **Définition du concept**

➤ **La violence conjugale**

Est quand un homme tente de contrôler le comportement de son épouse, de sa conjointe de fait ou de sa compagne. La violence conjugale est un emploi abusif de pouvoir, qui se sert des liens de l'intimité, de la confiance et de la dépendance entre un homme et une femme pour placer cette dernière dans un état d'inégalité, d'impuissance et d'insécurité (Marie F-L,2002,P.04)

• **Opérationnalisation du concept**

-Violence psychologique : contrôlé sur la vie quotidienne et les activités sociales, harcèlement, humiliation, négligence.

Violence verbale : menaces de tout genre, mensonges, critiques continuelles.

-Violence physique : de coups de poing, de coups de pied, de morsures, de brûlures, de menaces avec une arme.

-Violence sexuelle : contraintes à avoir des relations sexuelles, c'est la pratique sexuelle non désirées.

- Violence économique : absence d'accès au revenu familial, impossibilité de discuter des achats, absence de participation aux décisions économiques du foyer.

➤ **Affirmation de soi**

L'affirmation de soi consiste a la capacité d'exprimer ces émotions, ses pensées et ses opinions de même que défendre ses droits tout en respectant ceux des autres, ceci de façon direct, honnête et approprié (Chaloult.L, 2014, P.05)

Comme un trait généralisé, il utilise le terme extériorisation de soi pour englober l'expression de toutes les émotions d'un individu dans les situations courantes de sa vie quotidienne (J. CHapdeline, 1990, P.06)

- **Opérationnalisation du concept**

-savoir exprimer ces sentiments sans imposer.

-défendre son point de vue.

-sentir en accord avec soi-même.

-Savoir dire oui et à dire non.

-Établir et faire respecter ses limites avec gentillesse.

-Savoir identifier ses besoins.

-savoir communiquer

# **Partie théorique**

# **Chapitre 01**

## **La violence conjugale**

**Préambule**

La violence conjugale de l'homme envers la femme, n'est pas un problème individuel mais un problème de société et s'impose comme faisant partie intégrante de la santé publique, présent dans toutes les couches de la société, dans toutes les cultures, dans tous les pays et sans distinction de religion.

La violence de partenaire c'est l'ensemble de comportements, de paroles et de gestes agressifs, brusques et répétés à l'intérieur d'une relation de couple. Il participe donc pleinement au maintien de la domination de l'homme et de la position d'infériorité de la femme qui est à des conséquences grave sur la santé physique et psychique de la femme.

## **1. Définition des concepts**

### **1.1. la violence**

La notion de violence dérive du latin vis qui signifie d'abord force en action, en particulier « force exercée contre quelqu'un » la force en action, la puissance. (Elisabeth. P et Emmanuel. J, 2014, P .25)

Selon l'organisation mondiale de la santé(OMS) : en donne une définition à violence « il est entendu l'usage intentionnel ou la menace d'usage de la force physique ou du pouvoir contre soi-même, une autre personne, un groupe ou une communauté, et entraînant ou risque fortement d'entraîner des conséquences négatives sur la santé physique, mentale ou sociale ou de celui ou de celle qui en est victime ». (Girard. J et Coll. 2004, P .475)

Selon le dictionnaire de la psychologie : »la violence est décrit comme force brutale qui un être imposé à l'autre, pouvant aller jusque à la contrainte exercée par l'intimidation ou la terreur elle est aussi représenté par tous les conduites agressive qu'un sujet plus forte physiquement ou moralement » (Block. H et All, 1991, P.989)

Guelle et Strauss définissent la violence comme » un acte pose avec l'intention, réelle ou perçue comme telle, de causer une douleur ou une blessure physique à une autre personne » (Gilles .R, 1994, P .06)

La violence lorsque un être humain est atteint, par de là son intégrité physique, dans ce qu'on pourrait appeler son intégrité morale ou physique.

Être privé de liberté, contrainte de vivre, la violence n'est qui une forme de force parmi d'autre. (Mellon et Semellin, 1994, P .14)

### **1.2. La violence conjugale :**

Plusieurs données sur l'ampleur de la violence conjugale indiquent que les principales victimes en sont les femmes.

L'ONU(2013), qui définit explicitement la violence conjugale comme « une forme de violence faite aux femmes, fait le constat qu'elle en social, de fait, 38% des femmes

tuées à travers le monde l'ont été par un partenaire intime, soit six fois plus que le nombre d'homme tués par leur partenaire » (Lessard .G et al, 2015, PP .1-26)

«La violence faite aux femmes peut revêtir plusieurs formes : coups, brûlures, viols, violence sexuelle, menace, violence verbale, violence psychologique, dans certaines cas, elle peut conduire à la mort de la victime(...) .il arrive souvent que les enfants partagent avec leur mère les conséquences de cette violence. Cette situation peut être quotidienne ou occasionnelle ; dans tous les cas, elle fait naître chez les victimes des sentiments de peur, d'impuissance et de perte d'estime de soi. Elle est vécue dans la solitude, à l'intérieur des murs du foyer, face à une société parfois complice, la plupart du temps indifférente. C'est une violence cachée, souvent excusée et sur laquelle on commence à peine à réagir » (Kathelean.L.et al, 1996, PP .93-116)

La violence dans le couple est un processus évolutif au cours duquel un partenaire exerce une domination s'expriment par des agressions physiques, psychiques ou sexuelles, c'est un système où l'un des deux conjoints, pour contrôler l'autre. Utilise la peur, l'humiliation, les coups. (Elisabeth .P et Emmanuel. J, 2014, P.17)

## **2. Les formes de la violence conjugale :**

La violence dans un couple peut s'exercer de différentes façon et à différent rythmes, mais qu'elle se manifeste de façon régulière ou occasionnelle, qu'elle soit psychologique, physique, sexuelle et financière.

### **2.1. La violence psychologique :**

La violence psychologique en contexte conjugale relevé d'un processus conscient, répété et constant, qui se manifeste à travers un ensemble de comportement touchant directement ou indirectement l'intégrité psychologique de la femme.

Selon Moisan (1993) La psychologie se traduit par des comportements et des propos méprisants qui dénigrent les opinions, les valeurs ou les actions des femmes et les conduisent à perdre leur estime et leur confiance en elle-même.la violence psychologie en contexte conjugal est un comportement intentionnel et répétitif qui s'exprime à

travers différents canaux de communication (verbal, gestuel, regard, posture) de façon active ou passive, direct ou indirect dans le but explicite d'atteindre à l'autre personne et de la blesser sur le plan émotionnel . (Lindsay et Clément, 1998, P.152)

## **2.2. La violence physique :**

On entend par violence physique tout acte qui entraîne des dommages corporels ou risque d'en entraîner. (Evelyne .J, 2007, P.08)

La violence physique représente la forme la plus facile à objectiver socialement et judiciairement. (Coutanceau, 2006, P.08)

Dans de nombreuses cultures, les intervenants potentiels, voir les victimes elles –mêmes banalisant les victimes qui ne laissent pas de lésions importants et visible telle que gifles.

Les armes utilisées :

-les armes naturelles : les pieds, les mains...

- les armes artificielles : le bâton, une cigarette...

## **2.3. La violence sexuelle :**

La violence sexuelle ne réside pas seulement dans le viol : il y a violence sexuelle quand un homme impose son désir sexuel à sa partenaire, quelle qu'en soit la forme. Il peut s'agir de plaisanteries avilissantes, d'insultés, d'attouchements non désirés, de jalousie, d'accusations d'ordre sexuel. Et cela comprend aussi, bien sûr, toute activité sexuelle forcée, qu'il s'agisse d'une activité sexuelle dit »normale « ou d'actes sexuels que la femme considère comme répugnants ou douloureux ,telles les activités sexuelles de groupe ou l'introduction d'objets dans son vagin. (Hélène .L et Louise .F, 2000, P.14)

## **2.4. La violence financière :**

La victime qui subit cette forme de violence exploitée économiquement par son partenaire. L'agresseur nuit autonome financière de sa victime, lui refuse l'accès à des ressources financières ou exerce un contrôle sur le choix de son travail (Diana. P et al, 2010, P. 340)

La violence économique se caractérise par le travail forcé ou à l'inverse, l'interdiction de travailler, le saisi du salaire et la détention par un seul partenaire du pouvoir décisionnel concernant les ressources financières. (Marie. C.H et Nataly.V.P, 2014, P.40)

### **2.5. La violence spirituelle :**

- Empêcher une personne de s'adonner à des pratiques spirituelles ou religieuses.
- Ridiculiser les croyances de la femme.
- Forcer une femme à se marier, ou à avoir des enfants, ou au contraire l'empêcher d'en avoir.
- Douter de l'authenticité de la foi de l'autre.
- Utiliser la religion pour exiger des femmes des actes contre leur volonté. (Henri B, 2016, P.03)

### **3. Les cycles de la violence conjugale :**

Nous parlons du cycle de la violence conjugal pour décrire et démontré la manière dont ces violence se répètent et se procède d'une phase à une autre dans un processus cyclique et dynamique, et le cycle de violence conjugal procède selon quatre phase qui recommençant à chaque épisode de violence exercée contre la victime .nous résumons les phases en suivant :

#### **3.1. Climat de tension**

Le conjoint violent à des accès de colère qu'il n'exprime pas forcément par des gestes physiques.il peut menacer du regard, ou esquisser des coupes, ou encore exprimer son irritabilité en haussant le ton de sa voix, voire à l'inverse en faisant peser un lourd silence.

Durant cette phase, la victime devient inquiète et tente d'apaiser le climat de tension en s'excusant et en faisant attention à ses propres gestes et paroles.

### 3.2. Phase de crise

Le conjoint agresse l'autre personne par des gestes, des mots, des insultes, des rapports sexuels forcés, des privations, et autres. la victime se sent humiliée et triste. Elle est blessée physiquement ou psychologiquement, se sent impuissante et victime d'injustice.

### 3.3. Justification

L'agresseur trouve des excuses pour justifier et minimiser son comportement. la femme tente de comprendre ces explications, doute de ses propres perceptions, et se sent responsable de la situation. Elle pense pouvoir aider son conjoint à changer.

### 3.4. Lune de miel

Lors de cette phase, l'agresseur demande pardon ou il adopte une attitude agréable, il peut également parler de thérapie, voire de suicide pour arriver à ses fins. la victime croit en la véracité de son conjoint, lui donne une chance et change ses propres habitudes. (Deshpriya N-D, 2012, PP .23-24)

## 4. La typologie de la violence conjugale

Michel. P. Johnson, proposé en 1995 une typologie des situations de violence conjugale qui distingue «la violence situationnelle » du « terrorisme conjugale » il élargie sa typologie en 1999, en ajoutant deux autres catégories de violence conjugale »la résistance violente « et la « résistance violente mutuelle ». (Laroche, 2005)

Nous allons exposer succinctement les caractéristiques essentielles de chaque catégorie :

### 4.1. le terrorisme conjugal

Reflète les situations de violence conjugale qui découlent d'une volonté générale de domination et de contrôle, mise en œuvre par de multiples tactiques coercitives dont le recours à une violence multiforme, récurrent et constante. (Johnson, 2008)

Les épisodes de violence conjugale dans cette situation, augmentent au fil du temps en intensité et en fréquence et s'effectuent dans le but d'instaurer et de maintenir un contrôle générale, permanent et coercitif sur la conjointe. la femme victime de terrorisme conjugale subit donc des violences fréquentes, graves et multiforme (physique,

psychologiques et sexuelles) elle vit sous l'emprise totale de son conjoint qui contrôle quasiment tous ses activités ,tous ses faits et gestes.

#### **4.2. La résistance violente**

Reflète les situations de violence conjugale ou le conjoint est violent et contrôlant, il est comme le nommé Johnson(2008) un « terroriste conjugale » et la conjointe résiste au contrôle ou aux tentatives de contrôle de son conjoint avec violence.

La violence de l'homme est sous-tendue par une volonté générale de domination et de contrôle, tandis que celle de la femme est souvent défensive, ou dans un but de vengeance mais jamais pour des fins de contrôle, selon Johnson(2008) qui menacent en permanence son bien-être, sa sécurité, et sa vie utilise en conséquence des formes parfois extrêmes de violence, y compris l'homicide afin d'échapper à l'emprise et au contrôle de son conjoint violent.

#### **4.3. La violence situationnelle**

La violence situationnelle représente selon Johnson (2008), la forme la plus courante de violence conjugale, elle se manifeste occasionnellement lors d'un conflit ou d'un différend entre le deux conjoints elle est provoquée par la situation et risque peu de conduire à une escalade dans le temps ou de prendre des formes plus grave. (Laroche, 2005,2007)

Dans ce type de situation, la violence est souvent mutuelle et les motivations des deux conjoints différent selon les cas, mais aucun des deux n'utilise la violence pour contrôler l'autre.

#### **4.4. La résistance violente mutuelle**

Représente une minorité des situations de violence conjugale dans lesquelles les deux conjoints sont mutuellement violents et dominants, les deux exercent du terrorisme conjugal (Johnson, 2008) considéré « la résistance mutuelle » comme la seule situation de violence conjugale où la mutualité ou la réciprocité est vraie, les deux conjoints luttent avec violence pour contrôler la relation conjugale. (Khadîdja B-H, 2012, PP.52-53)

## 5. Les modèles théoriques explicatifs de la violence conjugale

### La violence conjugale selon la théorie de l'attachement :

La théorie de l'attachement a vu le jour grâce à John (1969, 1973,1980), selon cette théorie l'humain serait programmé pour rechercher et former des liens d'attachement avec les autres, Bowlby(1969,1973) conceptualise l'attachement entre un parent et son enfant comme un système de contrôle, qui assure la sécurité de ce dernier, l'enfant communiquerait certaines émotions ,comme la colère ,afin d'informer son parent que son système d'attachement est activé et que ses besoins d'attachement ne sont pas comblés , à moment-là ,sa colère est qualifiée de fonctionnelle et peut avoir comme conséquence une plus grande intimité et un sécurité accrue au sein de la relation d'attachement parent /enfant, toutefois ,si un enfant vit, de façon répétitive, des expériences négatives avec son parent, cette colère peut devenir non fonctionnelle et, même se transformer en des comportements agressifs.

La violence est alors, vue comme une réaction inadaptée pour rétablir une relation sécurisante dans le couple. Dans le cas des individus mentionnant un haut niveau d'évitement, l'hostilité peut se manifester sous la forme d'une structure passive /agressive. Plutôt que d'être l'expression libre de leur colère et de leur violence (Mayselless, 1991)

Les résultats de Kenser et Mckenry(1998) suggèrent que l'homme est d'avantage susceptible d'utiliser la violence physique lorsque sa partenaire, à la fois, de faible scores aux styles d'attachement sécurisant et inquiet, ainsi qu'une note élevée au style d'attachement détaché, Robert et Noller (1998) il appert que l'attachement de la femme ressort plus souvent comme ayant un potentiel d'influence sur la violence de son partenaire amoureux comparativement à l'attachement de l'homme.(M .Gosselin et al , 2005,PP .579-588)

## 6. Les spécificités d'un homme violent

-faible estime de soi.

-isolé, peu de vrais amis.

- violente ou témoin de violence dans sa famille d'origine.
- jaloux, contrôlant, dépendant affectivement et émotionnellement de son épouse (mais il s'efforce de projeter une image d'indépendance).
- résolution violente des conflits, responsabilité des pertes de contrôle imputées à autrui.
- conception rigide du rôle de l'homme et de la femme. (Evelyne .J, 2007, P .20)

## **7. Les conséquences de la violence conjugale sur les femmes et sur les enfants**

### **7.1. Sur la femme**

la violence conjugale a des conséquences graves sur la santé physique, émotionnelle et reproductive des femmes ainsi que sur leur sécurité financière et leur capacité de fournir un environnement sécurisé pour elles-mêmes et leur enfant, les conséquences et les effets de la violence envers les femmes sont nombreux et variés et incluent par exemple, des blessures physiques et internes ,des problèmes gynécologiques, des hospitalisations et des difficultés à vaquer aux activités quotidiennes.

Selon le rapport Henrion. R les effets des violences peut causer à :

- La dépression
- Une perte d'estime de soi, un repli sur soi
- Les troubles du sommeil et de l'alimentation
- Des idées et ou des tentatives de suicide
- Les abus de substances psychoactives (tabac, alcool, drogues, médicaments)
- Les troubles psychosomatiques
- Les troubles cognitifs (difficulté de concentration et d'attention)
- Les troubles de la sexualité : dyspareunie, vaginisme, anorgasmie et des troubles des menstruations
- Avortements spontanés pendant la grossesse

- Les ruptures prématurées des membranes et des accouchements prématurés
- Mort fœtale, des hémorragies
- Les affections pulmonaires, et cardiaques
- la mortalité de la femme (Liliane .D, 2008, PP .49-53)

## 7.2. Sur les enfants

**-Sur le développement comportemental et social de l'enfant :** ces enfants sont plus agressifs envers l'adulte mais également envers leur pairs, leur comportements agressifs, pour résoudre leur problèmes interpersonnels, les amènent également à avoir une mauvaise relation avec leurs camarades, ils adoptent plus de comportements de retrait social ou relationnel, on peut également observer des comportements d'hyperactivité et de désadaptation sociale.

**-Sur le développement affectif de l'enfant :** ces enfants manifestent plus de problème intériorisés, on repère ainsi des symptômes d'anxiété et de dépression, mais aussi des signes de forte dépendance envers l'adulte.

Une désorganisation au niveau de leur attachement de type insécurisé /désorganisé, ils sont souvent coléreux, tristes et inquiets, une faible estime d'eux-mêmes.

**-Sur la santé :** ils souffrent de maladies diverses comme des infections respiratoires, des insomnies, des allergies, des problèmes gastro-intestinaux, de problème visuels et auditifs, de même que de retards de croissance, des troubles alimentaires.

**-Sur le développement cognitif et scolaire :** difficultés de concentration ainsi qu'un manque d'intérêt pour les apprentissages, une constate aussi souvent une déficience des habilités intellectuelles, verbales et mentales. (Monique. R, 2011, PP.15-17)

**Synthèse**

La violence conjugale est phénomène sociale, complexe qui concerne les hommes et les femmes et cette violence influence sur tous les membres de la famille qui a des conséquences sur la vie quotidienne.

En peut considérer que la violence comme un moyen d'imposer le pouvoir pour la domination, mais il Ya plusieurs organisme ont déjà mis en place pour aider les femmes à sortir de cette situation difficile, mais il reste encore beaucoup à faire, parce que il faut encourage les femmes à dénoncer leur mari violent afin que chaque personne puisse détecter la violence et savoir comment agir lorsqu'il se retrouve en sa présence de façon à améliorer les relations interpersonnelle dans notre société.

# **Chapitre 02**

## **Affirmation de soi**

**Préambule**

L'affirmation de soi est un outil thérapeutique particulièrement efficace qui peut jouer un rôle de première plans dans le traitement des maladies et qui permet l'amélioration des relations avec les autres par ce que l'affirmation de soi c'est un comportement relationnel, qui est équilibré par le respect des droits, des désirs, les souhaits.

Cette technique a été utilisée, non seulement pour les patients présentant une anxiété sociale important, mais aussi pour les personnes qui avaient simplement besoin de faire face à la violence sociale.

## 1. Aperçu historique de l'affirmation de soi

On doit ces notions d'affirmation de soi à Joseph Wolpe et Arnold Lazarus qui furent les premiers au cours des années soixante à établir une distinction claire entre les comportements affirmatif, soumis, agressif et manipulateur ainsi qu'à enseigné des moyens concrets pour mieux s'affirmer dans la vie quotidienne, par la suite, l'apprentissage de l'affirmation de soi fut abondamment utilisé par les thérapeutes d'orientation cognitivo-comportementale qui contribueront à préciser et à élaborer sa dimension théorique tout en améliorant ses modes d'application en clinique, cette popularité ne s'est jamais démontré de telle sorte qu'à l'heure actuelle, on utilise plus que jamais l'apprentissage de l'affirmation de soi dans le cadre de l'approche cognitivo-comportementale (Louis CH, 2014, P.06)

Plus globalement, l'affirmation de soi est également très utilisée en dehors des psychothérapies dans le domaine médico-social et éducatif par exemple dans un programme de gestion de stress, dans le domaine social, elle peut être utilisée pour apprendre à gérer les émotions négatives qui s'accompagnent de comportements sociaux.

## 2. Définition de l'affirmation de soi

L'affirmation de soi consiste à une attitude qui nous permet d'exprimer clairement nos opinions, nos sentiments, et nos besoins, c'est une manière de communiquer à notre environnement (conjoint, famille, amis...) ce que nous ressentons, ce que nous voulons, l'affirmation de soi se développe au contact des autres, puisque ce contact nous permet de reconnaître nos besoins et nos sentiments, pour plusieurs individus, s'affirmer est difficile puisque on peut apprendre à parler de leurs sentiments ou de leurs besoins (Kelly L et Sandre C 1994, P.143)

L'affirmation de soi est un comportement relationnel, ce comportement est équilibré, il respecte les droits, les désirs, les souhaits, les idées de celui qui s'exprime et respecte l'autre dans ses propres droits, désirs, souhaits, idées, opinions (Frédéric F et Bernard R, 2007, P.14)

L'affirmation de soi consiste à la capacité d'exprimer ces émotions, ses pensées et ses opinions de même que défendre ses droits tout en respectant ceux des autres, ceci de façon directe, honnête et approprié (Ibid. Louis CH, P.05)

### **3. Les étapes d'affirmation de soi**

Penser à s'affirmer peut provoquer des sentiments de nervosité et de peur. Il faut y aller graduellement. Ce sera avec de la pratique et de la détermination que notre attitude affirmative deviendra « normale et spontanée »

- Identifier ce que vous voulez changer.
- Ayez confiance en vous-mêmes.
- Fixez-vous des objectifs réalistes face à ce changement.
- Pratiquez la pensée positive.
- Imaginez-vous en train de vivre la situation.
- Faites un essai.
- Évaluez votre satisfaction.
- Recommencez.

### **4. L'étiologie du manque d'affirmation de soi**

#### **4.1. Le non droit personnel**

Il s'agit d'une sorte de blocage qu'on s'impose on ne se donne pas le droit de s'affirmer c'est osé demander, oser refuser et oser exprimer son avis ; et on croit que cela « ne se fait pas... » Sauvage à cause de notre éducation, ou bien on pensera que nos propres droits sont inférieurs à ceux des autres. et on aura pris l'habitude de faire passer les autres avant nous et vous devrez réapprendre les priorités entre les autres et vous –même : pensé plus à vous et vous occuper moins des autres.

#### **4.2. Le manque de renforcement par l'environnement**

À l'origine, un manque d'estime de soi, et une volonté d'appartenir à un groupe .et pour appartenir à ce groupe, on va tenter de s'y intégrer sans se faire remarquer. Donc sans

s'affirmer, en se conformant à ce groupe on aura l'impression d'exister .mais il s'agit en fait d'une soumission excessive, notre environnement ne nous affirme et peu à peu ce manque d'entraînement nous conduit à une absence complète d'affirmation de soi.

#### **4.3. Le manque de savoir-faire**

L'affirmation de soi s'apprend comme on apprend une langue et pour l'affirmation de soi, si vous avez grandi à côté de modèle qui s'affirment, vous avez appris progressivement et inconsciemment à vous affirmer, si au contraire il n'avait pas cette chance, il développera un très peu de savoir-faire en matière d'affirmation de soi, après quelque exercice, vous avez déjà fait beaucoup de progrès.

#### **4.4. Le manque de reconnaissance des signaux sociaux**

Certaines personnes perçoivent mal les messages sociaux. C'est-à-dire les messages que nous envoient les autres pour traduire leurs émotions, il s'agit d'une maladie, et le manque d'affirmation de soi est une de ses conséquences (Ibid. Frédéric, P.262)

### **5. Les principes d'affirmation de soi**

#### **5.1. Développer un système de croyances assertives**

Qui remplace le système de croyances irrationnelles du patient, beaucoup de thérapeutes insistent sur la nécessité de promouvoir la croyance que l'affirmation conduit, plutôt que la manipulation, la soumission ou l'hostilité, à des relations interpersonnelles plus satisfaisantes.

#### **5.2. L'effet antidépressif des groupes**

A été depuis longtemps remarqué et utilisé pour le traitement des états dépressifs. Cet effet résulte sans doute du renforcement provenant des interactions avec les autres participants et les thérapeutes qui sont très actifs.

#### **5.3. L'effet d'habitation et d'extinction de l'anxiété**

Par exposition aux situations sociales peut lui aussi, expliquer les résultats. Pour s'affirmer l'individu utilise de multiples façons en communiquant ses sentiments, ses désirs et besoins (Franget.F, 2009, P.220)

L'identification du sujet à sa parole éclaire ses réactions à l'accueil qu'elle reçoit. Bien souvent, il perçoit la réponse à l'émission d'une opinion, d'une proposition ou d'un point de vue personnel le visant dans son identité. De même, dans une discussion, la manifestation d'une opposition ou d'un désaccord est souvent ressentie, par celui qui en fait l'objet, comme un rejet ou une critique de sa personne. En effet l'expression du sujet qu'elle soit verbale ou corporelle

Joue un rôle prépondérant pour se positionner, s'affirmer dans les situations auxquelles il est confronté, l'expression de soi remplit une fonction essentielle dans l'épanouissement de la personne (Rogant .A-M-C et al ,2007 .P.27)

## **6. Les techniques utilisées dans l'affirmation de soi**

Les techniques utilisées en affirmation de soi servent de trame de base pour développer les capacités d'affirmation de soi des patients :

### **6.1. L'information**

Connaître, savoir, comprendre aident à agir, sans méthode il sera l'impossible de changer son comportement, l'information au patient est apportée en première lieu par les livres, vous pouvez conseiller la lecture d'un livre d'affirmation de soi à tous les patients semblent présenter un manque d'affirmation de soi, afin de les familiariser avec ce concept, pour développer leur curiosité et leur besoins.

Lors des séances, en groupe ou en individuel, les connaissances théoriques du thérapeute et vos explications seront adaptées à la situation mais devront être brèves.

### **6.2. La formation à l'observation**

Observer, c'est apprendre, la limitation du modèle est à la base de l'apprentissage social, très rapidement le patient va apprendre à observer son propre comportement et celui des autres à identifier les composants verbaux et non verbaux et les conséquences de ce comportement sur la relation avec l'autre.

### **6.3. Les jeux de rôles**

la technique de jeu de rôle est le pivot d'une thérapie d'affirmation de soi par la mise en situation entre le Thérapeute et son patient ou entre patient en présence de thérapeute d'une situation relationnelle, le jeu de rôle permet un apprentissage et une immersion émotionnelle indispensable pour toute amélioration durable, le jeu de rôle et surtout répète jusqu'à l'amélioration perçue par le patient ou observable par le thérapeute, c'est la préparation indispensable pour que le patient s'expose dans sa vie quotidienne entre les séances et applique ainsi ce qu'il a appris pendant la séance, c'est cette exposition pendant la vie quotidienne de patient qui est la clé de l'efficacité thérapeutique.

### **6.4. Le feedback**

Le feedback correspond à l'observation et aux commentaires à la suite d'un jeu de rôle, il se déroule en trois temps : d'abord les commentaires du patient lui-même sur ses propres perceptions, puis le feedback du thérapeute sur les composants verbaux et non verbaux, sur la mise au jour des pensées automatiques au cœur du jeu de rôle, enfin celui du thérapeute et de ceux des membres du groupe.

### **6.5. Les tâches assignées entre les séances**

Elle correspond à la continuité de travail réalisée en séance, ces tâches sont toujours simples, adaptées au patient il s'agit de poursuivre entre les séances ce qui a été vu, appris ou décidé, un patient qui ne fait aucun travail personnel entre les séances aura peu de chances de progression et devra être interrogé sur ses raisons à ce sujet.

### **6.6. Les expositions in vivo**

Elles peuvent faire partie des tâches assignées, l'affirmation de soi a pour finalité de rendre la vie plus simple, son application dans la vie quotidienne et la répétition de ces expositions sont un facteur d'amélioration de patient et participants aux maintiens des acquis (Ibid. LOUIS, 2014, PP .21-23)

## Les comportements explicatifs d'affirmation de soi

### 6.7. Le comportement affirmatif

Comportement affirmatif découle de celle de l'affirmation de soi, C'est un comportement qui consiste à exprimer ses pensées, ses émotions et ses opinions et à défendre ses droits tout en respectant ceux des autres, ceci de façon direct, honnête et approprié.

### 6.8. Le comportement soumis ou passif

Caractérisé par l'incapacité d'exprimer ses pensées, ses émotions et ses opinions, ou de le faire de façon indirecte inappropriée et au détriment de ses propres droits.

### 6.9. Le comportement agressif

Caractérisé par l'expression de ses pensées, de ses émotions et de ses opinions et par la défense de ses droits mais parfois au détriment des droits des autres et ceci de façon souvent direct et honnête mais généralement inappropriée.

### 6.10. Le comportement manipulateur

L'expression de ses pensées, émotions et opinion dans le but de défendre ses droits et de satisfaire ses besoins mais de façon toujours indirect et le plus souvent mal honnête et ceci au détriment fréquente des droits des autres (CHaloult. L, 2014, pp .7-19)

## 7. Les thérapies explicatives de l'affirmation de soi

### **Thérapie cognitive comportementale :**

La thérapie cognitive et comportementale est une forme de psychothérapie qui à travers de nombreuses études chimiques, s'est révélée efficace dans le

Traitement d'une grande variété de trouble psychique, le psychothérapeute et le patient collaborent ensemble afin d'identifier et de résoudre les problèmes. Le thérapeute aide le patient à dépasser ses difficultés en mettant en évidence et en modifiant Ses schémas de pensée dysfonctionnels, sa manière d'agir, ainsi que ses réponses émotionnelles inadaptées.

L'affirmation de soi peut être pratiquée en groupe ou dans le cadre de séances individuelles l'objectif est de pouvoir mieux s'affirmer dans les situations relationnelles : avec ses amis, sa famille, ses collègues... Il s'agit d'apprendre notamment par des jeux de rôles à exprimer ses besoins et ses opinions, à dire non, à faire des demandes ou à recevoir des critiques ou des compliments. Les groupes d'affirmation de soi Organisé s'adressent à toutes les personnes Désireuses de développer leur compétences sociales dans un cadre privilégié axé sur l'échange et l'expérimentation (Boisvert J et Beaudry M, 2012, P.328)

### **La psychanalyse :**

La psychanalyse traditionnelle se fonde sur l'affirmation centrale de Sigmund Freud voulant que le comportement anormal soit le résultat de conflits inconscients entre les trois niveaux de la conscience : le ça, le moi, et le surmoi, Freud expliquait que les pulsions primitives du ça ou les sentiments de culpabilité du surmoi forçaient le moi à adopter des mécanismes de défense et des comportements inadaptés. au cours d'une psychanalyse ,le thérapeute (ou le psychanalyste) aide le patient à ramener à la conscience ces conflits inconscients qui remontreraient aux expériences de la petite enfance .le patient est alors en mesure de comprendre les raisons de son comportement et de rendre compte que les circonstances qui ont provoqué ces conflits n'existent plus. Une fois cette prise de conscience faite, les conflits peuvent être résolus et le patient libéré peut adopter des modèles de comportement plus appropriés. (Karen H, 2009, P.432)

### **9. Les stratégies de la femme face à la violence conjugale**

Les femmes violentées par leur mari ne sont pas des victimes passives, elles sont mettent en place des stratégies actives pour :

- renforcer leur sécurité et celle de leurs enfants.
- résoudre le problème et sauver leur mariage.

Face à la violence conjugale, la femme victime peut réagir de diverses manières, à savoir :

- S'en remettre au jugement du conjoint violent dans la définition de ses besoins. Ce qui peut sembler une attitude passive est en réalité une stratégie active.

En effet, se soumettre est parfois le prix à payer pour survivre.

- S'adapter en modifiant son comportement et ses attitudes pour répondre aux exigences du conjoint (certaines femmes disent qu'elles essayent de « s'améliorer »).

- Éviter des violences plus graves et maintenir la paix en se soumettant aux exigences de l'époux (même si elle pense n'avoir rien à se reprocher ou devoir améliorer dans son comportement).

- Subliminer (trouver de nouvelles voies d'épanouissement personnel : travailler à l'extérieur, se centrer sur ses enfants, s'adonner à un loisir).

- Prier (chercher un soutien et de l'aide auprès de Dieu).

- Résister, se rebeller.

- Faire intervenir la famille (le père, la belle-mère, un frère, etc.) pour qu'elle intercède auprès du mari violent.

- Proposer le regroupement familial (vivre avec la belle-famille).

- Essayer de faire changer le conjoint (tenter de le convaincre de renoncer à la violence, le menacer de porter plainte s'il ne modifie pas son comportement).

- S'enquérir de conseils auprès de l'entourage ou d'associations.

- Chercher du soutien (affectif, psychologique, économique, matériel, etc.) auprès de l'entourage ou d'associations.

- Rendre les coups reçus.

- Recourir à la médecine légale (faire constater les coups et blessures).

- Recourir à la justice (déposer plainte).

- Trouver un refuge temporaire dans sa famille (chez ses parents) en attendant que la pression retombe.

- S'enfuir du domicile conjugal.

- Divorcer.

- Assassiner son conjoint ou se suicider.

Ces différentes réactions peuvent se répartir en cinq catégories, à savoir les démarches :

- visant à rendre tolérable la relation conjugale violente (éviter les conflits, regroupement en « grande famille »).

- Orientées vers le changement du conjoint (négociation entre partenaires, intervention des familles des époux, prise de conseil auprès d'un professionnel).

- « D'auto développement » (orientées vers l'autonomie, l'affirmation et le refus de la violence).

- Confrontation pour forcer la négociation avec le conjoint (par exemple, menace de dépôt de plainte).

- La rupture (séparation, divorce, suicide, homicide du partenaire) (Evelyne J, 2007, P.21-22)

**Synthèse**

Donc, l'affirmation de soi est très important dans les relations interpersonnelles, il nous permet d'évoluer de nous sentir intéressant, de respecter les droits de l'autre et en retour d'être respecté cette relation nous Permet de mieux vivre avec les autres.

L'affirmation de soi repose sur des techniques simples, efficaces et facilement utilisables, elle permet de trouver en soi les ressources pour développer son affirmation de soi.

# **Partie pratique**

**Chapitre 03**

**Méthodologie**

**de la recherche**

**Préambule**

Dans ce chapitre nous avons illustré la méthodologie que nous avons effectuée au cours de notre travail et les techniques et les méthodes pour organiser notre recherche.

Pour faire, nous avons consisté à la méthode clinique qui se base sur l'étude de cas, l'entretien semi-directif et l'échelle de Rathus, puis à la présentation de notre échantillon d'étude et le lieu de recherche, qui nous a permis d'obtenir des informations nécessaire pour l'objectif de vérifier nos hypothèse.

## 1. La pré-enquête

La pré-enquête est une phase d'investigation préliminaire, de reconnaissance, une phase du terrain assez précoce dont les buts essentiels sont d'aider à construire une problématique plus précise et surtout à construire des hypothèses qui soient valides, fiables, argumentées et justifiées, de même la pré-enquête permet de fixer en meilleure connaissance de causes, les objectifs précis, aussi bien finaux que partiels que le chercheur aura réalisés pour vérifier ses hypothèses (Actouf, O., 1987, P. 120)

La pré-enquête est une étape cruciale dans toutes les recherches scientifiques, qui permet de recueillir le plus de connaissance et d'information sur notre thème.

Selon Gravel « le but de la pré-enquête est, tout d'abord, de vérifier sur le terrain si l'instrument élaboré ; d'une part, suffisant, d'autre part, correct pour recueillir les données dont on a besoin, en verra donc si les questions sont comprises dans le sens où elles ont été élaborées (Gravel Robert J, 1978, P. 20)

Pendant la pré-enquête nous avons pu cerner le thème de recherche et illustrer la méthodologie de notre mémoire. Elle nous a mis en contact direct avec le terrain et rapproché à des femmes qu'elles sont victimes de la violence conjugale et de parler sur leur situation qu'elles vivent et ses conséquences sur leur état physique et psychique.

Nous avons eu une lettre d'envoi en stage par le département des sciences humaines et sociales, nous avons préparé notre dossier qui contient une demande de stage adressée à monsieur le directeur d'établissement de santé, suivent la période que nous voulions passer notre stage.

## 2. La méthode de recherche

La psychologie clinique est de faire accéder le patient à la cessation de ses souffrances psychiques dans cette optique, le clinicien tente d'isoler et de comprendre les signes cliniques et symptômes qui touchent l'individu.

Selon Lagach (1949), la méthode clinique est l'étude intensive des cas individuels elle consiste à envisager la conduite dans sa perspective propre, relever aussi fidèlement que possible les manières d'être et de réagir d'un être humain complet et concret aux

prises avec une situation ,chercher à en établir le sens ,la structure et la genèse, déceler les conflits qui le motivent et les démarches qui tendent à résoudre ces conflits(Clout Y et Leplat J ,2005, P.14-15)

A partir de cette démarche, nous amène à des techniques de recueil d'information qui sont : l'entretien, l'échelle, l'analyse du contenu et l'observation pour le but de développer notre étude de cas.

### **2 .1. Étude de cas**

La méthode de cas est d'abord une pratique professionnelle, est une forme approfondie de l'examen psychologique s'organisant à partir d'une clinique armée qui permet de mettre en place une pratique de l'évaluation ou compréhensive du fonctionnement psychologique (Jack D, 2001, P.14)

L'étude de cas consiste à rapporter une situation réelle, prise dans son contexte, et à l'analyser pour découvrir comment se manifestent et évoluent les phénomènes auxquels le chercheur s'intéresse, un des intérêts de l'étude de cas consiste alors à fournir une situation où l'on peut observer le jeu d'un grand nombre de facteurs interagissant ensemble , ce qui permet de rendre compte de la complexité et de la richesse des situations comportant des interactions humaines, et de faire la état des significations que leur attribuent les acteurs concernés.(Pierre C,1997,P.81)

### **3. Le terrain de recherche**

Nous avons effectué notre stage pratique au sein d'une polyclinique « d'Amirochain TAHAR » qui transforme à partir des année 1990 et qui se trouve en loin de la ville d'El- kseur, et les limites de l'EPSP d'el-kseur qui occupe une superficie de 648,91km est limité par: Toudja et Beni-ksila au Nord, et oued-Ghir à l'Est, et sidi-aiche, Timzrith à l'ouest, et les wilaya de Sétif et bordj Bou Arreridj au sud et L'EPSP est composé de 3 daïras Amizour, Barbacha et el-kseur ,et aussi il contienne 26 salle de soin et qui compose de plusieurs service(pavillon des urgences, laboratoire d'analyse médical, service radiologue, psychologie et orthophoniste, psychiatre, maternité.....),plus précisément c'est dans le service

mentale qu'on a pu se rapprocher des femmes victime de la violence conjugale et la période de notre stage a duré un mois.

### **3.1 Le service de santé mentale**

#### **3.1.1. Le nombre de personnel sont**

- Chef de service
- quatre psychologues
- Une orthophoniste
- Une secrétariat

On aussi fait un stage au sein de l'hôpital de « FRANZ FANON » qui situé à l'ancienne ville de Bejaïa qui compose de plusieurs service, cet hôpital transformé à partir de 1925, et on fait précisément dans le service de « médecine légal » qui institué en 1994, la période de notre stage a durée deux mois

### **3.2. Service de médecine légale**

#### **3.2.1. Nombre de personne du service médecine légale sont**

- Médecine chef de service (légiste)
- Trois médecins légistes
- un technicien informaticien
- deux agents de service
- une psychologue
- un surveillant médical

#### **3.2.2. Les fonctions de service sont**

- Délivrer un certificat médical des coups et des blessures et des violences sexuelles
- Autopsie

-Examen médicaux légaux

#### 4. Group de recherche

Notre population d'étude constitue des femmes victime de la violence conjugale qui viens en consultation pour faire un certificat médical.

**Tableau n° 01** : tableau récapitulatif des caractéristiques de groupes de recherche :

Cas	Age	Niveau d'étude	profession	Nombre d'enfant	Période de mariage
M <sup>m</sup> A	29 ans	Master 2	Cadre commercial	Un garçon	4ans
M <sup>m</sup> A	24ans	2 <sup>eme</sup> année secondaire	Femme au foyer	Une fille	3ans
M <sup>m</sup> DJ	45ans	Non scolarisé	Femme au foyer	Cinq filles	24ans
M <sup>m</sup> Z	26ans	5 <sup>eme</sup> année primaire	coiffeuse	Deux garçons	4ans
M <sup>m</sup> K	30ans	terminale	Femme foyer	Un garçon	5ans

Le tableau récapitulatif présent des femmes avec des noms anonyme, on remarque que la tranche d'âge de notre sujet se situe entre 24ans et 45ans, avec un niveau d'étude différent et leur niveau professionnel diffère, avec l'utilisation de deux langues (kabyle –française).

#### 5. Les outils de la recherche

##### 5.1 L'entretien clinique

Dans le cadre de notre recherche nous avons fait recours à l'entretien clinique qui est une technique fondamentale dans le but d'obtenir des informations.

L'entretien clinique est une situation d'échange entre un sujet actif, qui organise son propre mode de communication, et le clinicien qui adopte une attitude de neutralité bienveillante. Cette relation se caractérise par l'asymétrie de la demande, le psychologue se plaçant surtout dans une position d'écoute du sujet qui vient en général exposer une souffrance (Robert. S, 2005, P.381)

Le but de l'entretien clinique consiste à faciliter la parole, traduire le mieux possible ce que la personne pense, ressent et imagine.

La technique de l'entretien clinique repose sur la confiance entre l'interviewé et l'intervieweur, sur l'interrelation, il faut savoir écouter l'autre, le respecter, la qualité de l'entretien dépend de cette capacité à établir une relation avec l'autre à le mettre en confiance (Jean-C-V, 2007, P.06)

### **5.1.1 L'entretien semi-directif**

L'entretien semi-directif est une technique qualitative et plus couramment utilisée sur les terrains de recherche, permet de chercher à obtenir des informations précises sur des thèmes préalablement définis, et de recueillir des informations de différents types : des faits et des vérifications de faits, des opinions et des points de vue, des analyses, des propositions, des réactions aux premières hypothèses et conclusions des évaluateurs.

L'entretien semi-directif se situe entre l'entretien directif et l'entretien non-directif il est ni totalement fermé, ni totalement ouvert. Les thèmes à aborder sont fixés à l'avance. Mais l'ordre et la forme de présentation des thèmes sont libres. On procède en général à ce type d'entretien pour approfondir la connaissance d'un domaine ou vérifier l'évolution d'un phénomène connu. C'est la forme qui est certainement la plus utilisée en recherche. Pour eux, le chercheur dispose d'une série de questions –guides relativement ouvertes à propos desquels il veut obtenir une information (Ibid. PP.06-08)

### **5.1.2 Le guide de l'entretien**

Notre guide d'entretien comprend 5 axes et chaque axe à plusieurs questions et ces questions elles sont posées en langue kabyle et française.

**Axe 01 :** contient des informations concernant les renseignements personnel (nom, âge...)

**Axe 02 :** composé des informations familiales

**Axe 03 :** concerne des questions sur la violence conjugale

**Axe 04 :** englobe des questions qui concernent l'affirmation de soi

**Axe 05 :** constitué des questions sur la perception de l'avenir

### **5.2 L'échelle de Rathus**

L'échelle de Rathus créée en 1973, la RAS (Rathus Assertiveness Schedule), dénommée en français échelle d'affirmation de soi Rathus, est l'instrument le plus simple et le plus utilisé pour mesurer le concept d'affirmation de soi, principalement développé par l'école comportementaliste. C'est le sujet lui-même qui remplit cette échelle, indiquant pour les 30 affirmations qui lui sont proposées à quel degré elles sont caractéristiques de sa façon de se comporter. La version française a été validée. Cette échelle permet de bien différencier les phobies sociales d'autres populations. C'est aussi un bon instrument pour apprécier les comportements affirmés et, puisqu'il est ré administrable, pour suivre sous thérapie leur évolution (Christine M-S et Luis V, 2004, P.44)

L'échelle de Rathus repose sur un concept unidimensionnel opposant inhibition et assertivité. Elle a donné lieu à de nombreuses critiques dans la mesure où elle mélange le comportement affirmé et le comportement agressif, l'échelle de Rathus semble avoir une assez bonne efficacité pour mesurer l'inhibition ce qui au fond est notre problème essentiel en clinique .c'est la raison pour laquelle, nous avons gardé cette échelle malgré les critiques (Frédéric F et Bernard F, 2007, P.64)

#### **la cotation de l'échelle de Rathus**

Chaque item est coté de -3 à +3 selon la réponse du sujet :

- Tout à fait vrai= + 3
- Vrai=+2

- Plutôt vrai= +1
- Tout à fait faux= -3
- Faux =-2
- Plutôt faux= -1

Il faut inverser le signe de la note pour les items marqués d'un astérisque(\*).

Il faut ensuite faire la somme des items +et celle des items -, puis les additionner.

### 5.2.1 Interprétation

- **score supérieur a -1** : la personne est affirmée. Elle n'a pas honte de ses opinions ; elle peut exprimer sans agressivité, sans ambiguïté et sans chercher à les imposer aux autres. Elle est capable d'entendre ce qu'on lui dit, de discuter sans se sentir coupable, tout en respectant les idées de ses interlocuteurs. Elle est généralement à l'aise en société et bien dans sa peau.

Cette échelle ne permet pas de distinguer la personne affirmée de celle agressive en cas de score élevé.

- **Score compris entre -2 et - 8** : la personne n'est pas phobique sociale mais pourrait éprouver certaines difficultés à exprimer ses sentiments avec aisance et sincérité et à défendre son point de vue sans anxiété exagérée. Elle pourrait également être sensible au regard et au jugement d'autrui.
- **Score inférieur a -9** : la personne n'est pas affirmée .elle a des difficultés à communiquer, elle a peur du jugement des autres, elle se sent inférieure et maladroite .elle a du mal à se décider, elle adopte les idées de ses interlocuteurs pour éviter tout conflit, ou bien elle fuit la discussion et reste la plupart du temps silencieuse et repliée sur elle-même(Franget.F,2009,PP.161-162)

## 6. Les difficultés rencontrées

Au cours de notre travail de recherche, nous sommes confrontés beaucoup d'obstacle qui ont influencé sur notre recherche parmi ces obstacles en trouve le manque de la documentation dans notre bibliothèque, notamment en ce concerne le 2eme variable qui est l'affirmation de soi pour enrichir notre travail de recherche, il y a aussi en stage pratique la difficulté de trouver des cas et ça il nous obligé de faire le stage en deux

place et cela à générer un retard remarquable dans l'avancement de notre recherche ,il y aussi un manque de statistique pour bien détailler notre sujet ,et la dernière difficulté qui concernent les femmes qui refuses de continuité la passation de l'échelle à cause de temps.

**Synthèse**

Ce chapitre nous a permis d'organiser notre recherche, avec l'utilisation de différentes techniques (pré-enquête, méthode clinique, l'entretien clinique semi-directif, guide d'entretien et l'échelle de Rathus) à travers le respect de certaines règles pour arriver à répondre à l'objectif principal de cette recherche, et de vérifier nos hypothèses élaborées au départ.

**Chapitre 04**  
**présentations, et**  
**Analyse des**  
**Résultats**

## **1. Présentation de cas et analyse des résultats**

### **1.1. Cas 01 (Amel)**

Amel, Agée de 29ans, mariée depuis 4ans, avec un fils âgé de 18 mois. Elle est diplômée en marketing, maintenant elle travaille dans un cadre commercial.

Cette femme a connu son mari dès l'enfance, ils ont été des voisins, elle avait beaucoup de problèmes avec lui, mais malgré tous ils ont marié. Mais les problèmes les accompagnent toujours, ainsi que la manière de régler leurs problèmes et leurs disputes c'était souvent la violence disait : « ... il me frappe souvent... »

Elle dit avec voix basse qu'elle était frappée dès la nuit de noce .Son mari est très violent sévère, elle nous disait : « ... il est nerveux et agressif avec tout le monde, même il me frappe toujours soit des gifles, les coups de pied ou de poing. Mon mari souffre quand il était petit, ces parents sont divorcés, il a vécu une dure enfance... ». Il l'insulte même devant tout le monde, à n'importe quel moment et surtout à la présence de l'enfant à cause de ça l'enfant souffre de l'insomnie et les crises de pleur.

Elle ne manquait pas à son devoir conjugal, mais il est agressif avec elle-même lors des relations sexuelles. Leurs familles ont essayé de le changer et trouver des solutions, à chaque fois il leur donne des promesses mais sans résultat : « ...une fois quand j'étais enceinte la première fois, il m'a frappé dans la voiture, à cause de ça on a fait un accident et j'ai perdu mon bébé... ».

Après les disputes, la victime a des crises d'angoisse, des vertiges. Amel a trop essayé de trouver des solutions elle dit : « .... A chaque fois je lui fais des surprises, des cadeaux pour le calmer, ou bien de parler avec lui, mais n'est pas content et il me dit : c'est toi la cause de mes problèmes... ».Et pour soulager un peu elle discuté avec sa copine ; surtout quand elle est nerveuse à cause de conjoint qui ne donne pas l'importance et la parole pour elle.

Et finalement Amel dit : « ... je suis fatiguée, je suis fatiguée... », Elle décide de partir chez le médecin légiste pour lui délivrer un certificat médical volontaire pour le divorce parce qu'elle n'a aucun espoir que son mari changera.



verbalement calme, sans agressivité. Sans ambiguïté « J'exprime ouvertement et franchement mes sentiments »

Aussi à l'item N0 (17) le sujet répond faux cela explique que elle avait une capacité de contacté avec son environnement tout en respectant les idées de ses interlocuteurs « Il m'arrive parfois, au cours d'une discussion, d'avoir peur d'être troublé au point de me mettre à trembler de tout mon corps », Elle est généralement adaptée à la société dans sa réponse de tout à fait vrai à l'item N0 10« J'aime engager la conversation avec de nouvelles personnes »

**Synthèse du cas :**

Selon les résultats de l'entretien et les résultats de test de Rathus nous n'avons déduit que cette femme à une forte de cette compétence sociale malgré l'agressivité, que cette femme présent une bonne affirmation de soi avec un score -1.

### 1. Cas 02 (Anissa)

Anissa, femme au foyer âgée de 24ans, mariée depuis 3ans, mère d'une fille, son niveau d'étude est de 2<sup>eme</sup> année secondaire.

Cette femme est mariée traditionnellement. Elle Vit avec son mari une belle vie : « ... 3achagh ussan n lahna... », Mais après une année de mariage et exactement pendant la grossesse commence les accrochages entre eux qui arrive jusqu'à passage à l'acte, malgré la patience de l'épouse qui essaye de gérer les choses avec la communication et dialogue mais sans résultats positifs, en plus il fait tout ce qu'il veut sans la parole de sa femme.

Cette femme déclaré que la relation avec son conjoint est sensible, malgré elle fait tous ces devoirs et ces responsabilités dans la relation conjugale, mais toujours subi de la violence, même quand elle été enceinte le mari n'a pas respecté son état et il n'arrête pas de l'agresser verbalement et physiquement par un manche de balai, un fil d'électro, Coup de poing, coup de pied, elle dit « ...yuwen uverid yiwthiyi isoufghiyid g thakhamt, iksiyi a portable ivala3 falli thawourth ifagh... »,meme il été autoritaire il l'interdit de voir ses amies, qui sont le seul refuge pour extérioriser ses souffrances ,et ça manifeste le sentiment de criante et des crises de larme, et parfois elle évade chez sa famille ,la situation s'est aggravée d'autant qu'il la frappait devant sa mère et la provocation de la famille de conjoint, et surtout pendant la présence de sa petite- fille ce que résulte un traumatisme psychologique, à cause de ça Les proches ont essayé, de le raisonner mais sans résultats.

Anissa ne veut pas mettre fin à son mariage, elle dit : « ...hamlagh argaziw daghan 3almagh bali ihamliyi... » Et elle espère qu'un jour son mari changera son comportement violent et sa mentalisation pour le bien de leurs petite- fille.

Donc on a observé que Anissa est modeste et timide de parler sur ses intimités durant la séance on remarque qu'elle stressée, pendant toute la séance, nous a donnée des réponses très basse, elle parle avec une voix trop basse, et aussi ne bouge pas pendant toute la séance.

Après on lui a proposé le teste c'était des réponses très courte sans commentaire.

**1. 2. Analyse de test de l'affirmation de soi de Rathus**

Tableau n<sup>0</sup>(03) : cas n<sup>0</sup>02(Anissa)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	
										0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	
Tout à fait vrai	x					x			x																						
Vrai				x			x	x								x	x								x	x					x
Plutôt vrai	x								x			x		x							x	x							x		
Plutôt faux																														x	
Faux			x		x						x	x									x	x					x	x			
Tout à fait faux														x											x						

On observe que les résultats de notre sujet se situent dans le Score compris entre -2 et - 8 et notre résultat c'est -5, A partir de ça, nous avons constaté que la sujet manifeste un manque d'affirmation de soi, c'est pour cette raison le sujet répond par

faux aux items n<sup>0</sup> (3) « Quand au restaurant la nourriture ne me satisfait pas, je m'en plains au serveur. »,

Il éprouve que le sujet n'est pas phobique social mais pourrait éprouver certaines difficultés à exprimer ses sentiments et sa d'après la réponse à l'item N<sup>0</sup> (10) « J'aime engager la conversation avec de nouvelles personnes » et l'item N<sup>0</sup> (21) « J'exprime ouvertement et franchement mes sentiments ».

Elle pourrait également être sensible au regard et au jugement d'autrui et elle trouve des difficultés de communiquée sa a partir de réponse vrai à l'item N<sup>0</sup> (16) « Il m'est arrivé d'éviter de poser des questions de peur de paraître idiot » et 17 « Il m'arrive parfois, au cours d'une discussion, d'avoir peur d'être troublé au point de me mettre à trembler de tout mon corps »

### **Synthèse du cas :**

A partir des données de l'entretien et les résultats obtenu de l'échelle de Rathus nous avons constaté que cette femme qui victime de violence conjugale a un manque d'affirmation de soi avec un score -5, c'est-à-dire elle n'arrive pas à exprimer ses sentiments et de défendre de ces droits.

**1. Cas 03 (Djamila)**

Djamila est une femme au foyer, elle est âgée de 45ans, mariée depuis de 24 ans, mère de 5 filles.et son mari est maçon Agé de 49ans et ayant le niveau de 5eme année.

Cette femme est marié avec un homme qui ne connaissais pas après elle a découvert que c'est un homme alcoolique, mais il a promis d'arrêter de boire et Chose qui n'est pas arrivée après le mariage. À cause de ça, les problèmes commencé. Et cette femme a tout fait pour le raisonner et d'arrêté l'alcool mais son mari la frappait et l'insultait devant tout le monde.

Djamila et sa petit famille occupe un étage dans le même immeuble que sa belle-famille, et cette femme est victime de violence conjugale depuis 15 ans de mariage. Et concernant la relation sexuelle, la femme n'avait pas le choix elle soumettait au désir de son conjoint malgré il boit l'alcool, elle dit « ...ma dayass ghouri yeskar tugadagh assinigh alla... », Et aussi elle dit «... nighass roh atdawidh f chrab inayid kmi igamkhalen... » C'est la preuve que cette femme elle fait tous ces responsabilité, mais le mari menacé sa femme par le couteau, et aussi ne satisfait pas les besoin économique de la femme et ces filles elle dit « ...d akhamnagh iyiditaken idraiman iwaken ada3ychagh yessi... », Et beaucoup plus fait des bagarre et des problèmes avec ses frères, ses voisin parce que ils ont essayé de réglait leur problème, ce qui influence sur le rendement scolaire des filles, en plus elle a découvert également que son mari la trompait depuis 5 ans, et Pour mettre fin à ce cauchemar Djamila a porté une plainte.

Après que son mari lui a reconnu son tort et lui a promis d'arrêter de boire, Djamila a décidé d'annuler la plainte. Cependant, à peine quelque temps après, son mari est redevenu comme avant. Il l'a même soupçonné de le trahir et a décidé de l'enfermer à la maison pour éviter le contact avec les autres, c'est pour ça évadé à la maison de ses frères pour demander l'aide.

Finalement, Djamila décidé de déposer une autre plainte, pour menacer son mari à changer son comportement et ses réactions envers ses filles, parce qu'elle pense beaucoup plus sur l'avenir des filles.

Et là, en a constaté que Djamila est une femme triste, calme et pudique quand elle parle de son expérience. Son corps est marqué suite des traces sur le cou qu'elle caché avec un challe. Elle n'arrête pas de pleurée, la preuve que ses yeux devenais rouge à cause des larmes, et pendant toute la séance la femme ne 'a pas lever sa tête.

A la fin de l'entretien on a présentes l'échelle de Rathus pour mesurer l'affirmation de soi :

**1.2. Analyse de teste de l'affirmation de soi de Rathus**

Tableau n<sup>0</sup> (04) : cas n<sup>0</sup> 03 (Djamila)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
Tout à fait vrai				x		x		x		x					x																
Vrai	x						x		x		x		x	x							x								x	x	x
Plutôt vrai																															
Plutôt faux																															
Faux		x			x							x					x				x			x	x	x				x	
Tout à fait faux			x																	x	x			x							

On a remarqué que les résultats de notre sujet se situent à Score compris entre -2 et -8 et le résultat obtenu est -5.

Au cours de ce teste nous avons déduit que le sujet a un manque de cette compétence relationnelle et difficulté d'exprimé ses sentiment et ses opinions d'après la réponse faux au l'item N<sup>o</sup> (21) «J'exprime ouvertement et franchement mes sentiments. »

Et vrai à l'item N0 (30) «Il m'arrive parfois d'être incapable de dire quoi que ce soit ».

**Synthèse du cas :**

A partir de l'entretien et l'analyse de l'échelle de Rathus nous avons constaté que le sujet à un manque de cette compétence relationnel avec un score -5, c'est-à-dire elle trouve des difficultés de communiquer et de contacter avec les autres.

**1.1. Cas 04 (Zakia)**

Zakia est une femme travaillée coiffeuse, âgée de 26ans, mariée depuis 4ans, mère d'un garçon de 2ans, et d'un niveau d'instruction de 5eme année primaire .son mari âgé de 30 ans.

Cette femme affirmée qu'elle avait une relation d'amours avant le mariage, avec le conjoint, pendant les premiers mois de mariage, les problèmes commence parce que cette femme elle ne fait pas ses devoirs et ses responsabilité parce que elle vit dans une famille nombreuses, et le mari est obligé de gérer la situation, il utilise des différents forme de violence, comme coup de pied et n'importe chose qui se trouve proche de lui elle dit «...ikathiyi s lama3an, thalwiht ayen youfa zadthis.... ».

Tous les voisins entendent quotidiennement les pleurs et les cris de cette femme pauvre, ils ont essayé de régler et de calmer la situation mais aucun résultat. elle raconte aussi que lors de son accouchement son mari refuse de lui venir en aide , et elle était contrainte d'envoyer son enfant à sa famille parce que le mari ne satisfait pas les besoins de sa femme et son bébé elle dit « ...itgami ayedyar l makla ayen isanigh athi dayawi itgami d akkamenegh iy ditaghen ...» afin de lui éviter ce couchemar , la souffrance elle a essayé de parler avec lui pour trouver les solution , mais lui ne donne pas l'importance c'est pour ça elle se confie aussi qu'elle se défend quand son mari la frappe.. Il l'a aussi accusé de sorcellerie.

Zakia dit, que malgré ces souffrances et les cauchemars de tous les jours elle choisit de rester avec son mari car c'est elle qui l'a choisi et aussi pour que les gens ne parlent pas sur elle de dire c'est une femme divorcé.

On voit que cette femme triste et mince avec des traces laissées à cause de la violence nous a parlé avec un air perdu dans son monde sombre avec distrait et des fois pleur et des fois rire sur la situation de vie qui l'a choisi.

Et là, nous avons essayé de présenter l'échelle de Rathus pour mesurer le degré d'affirmation de soi :

1.2. Analyse de test de l'affirmation de soi de Rathus

Tableau n° 05 : cas n° 04(Zakia)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
Tout à fait vrai								×		×			×								×							×			
Vrai	×	×		×		×	×		×		×	×								×											×
Plutôt vrai													×	×		×									×		×				
Plutôt faux			×												×		×														
Faux																				×		×	×		×				×	×	
Tout à fait faux					×																										

On relève que les résultats de cas(Zakia) se situent dans le Score inférieur à -9 et notre résultat obtenue est -9.

Notre sujet présente un faible de compétence d'affirmation de soi, par ce que elle a des difficultés à décider, et elle adopte les idées de ses interlocuteurs pour éviter tout conflit, d'après les réponses N°11 « Je ne sais pas quoi dire à des personnes attirantes du sexe opposée »

Elle fuit de la discussion, et évitée de contacte, cela confirmé par sa réponse vrai à l'item N° (19) «J'évite de marchander». Et reste la plupart du temps silencieuse et repliée sur elle-même a partir de sa réponse à l'item N° (30) «Il m'arrive parfois d'être incapable de dire

Quoi que ce soit. »Cela confirmé que cette femme à une difficulté de disposer des méthodes pour gérer les problèmes relationnelle parce que elle peur du jugement des autres.

**Synthèse du cas :**

Donc cette femme qui subit la violence chaque jours de la part de conjoint elle a une faible de compétence d'affirmation de soi d'après de l'utilisation de guide d'entretien et l'analyse de l'échelle de Rathus avec un score -9.

**1.1. Cas n0 05(Kahina)**

Kahina femme au foyer, âgée de 30ans, mariée depuis 5ans mère d'un garçon âgé de 3ans, qui est un niveau d'instruction de terminal.

Cette femme a connu son mari presque une année, quand elle était étudiante, puis elle s'est mariée avec lui. Les deux premières années de mariage elle était heureuse et ses journées comblées de joie elle disait «...ns3ada ussan n lfarh ak d lahna... » Mais ces dernières année les malentendus commencent petit à petit, quand elle a découverte qu'il a trahit avec une autre pendant les derniers mois de sa grossesse. Et quand elle a fait face à cette vérité, son mari lui a avoué toute la vérité, elle disait « ...inayid thas3it kan elwaswas... »Après l'accouchement elle se fut hospitalisée pour des tentatives de suicide d'après elle, depuis son mariage elle n'a jamais manqué ses devoirs vis -à- vis, sa vie conjugale elle a toujours satisfait les besoins et les désirs sexuelle de conjoint, et aussi elle n'a jamais manquée de ces responsabilisées au petit foyer.

ce qui a accentué les problème c'est de le repousser chaque fois depuis qu'elle a découvert sa trahison, alors le mari ne cesse pas de la frapper ,et d'être arrogant devant les autres même en présence de leurs fils, et lorsque il voit son père il me frappe , il fuit, il pleure seul .elle disait une fois «... iwthiyi aqarouyiw ar tomobil ... » néanmoins, il devient un autre personne calme au sein de la présence de ces amis et sa famille .elle disait que les premiers temps quand il est agressif, elle reste calme face à sa violence, par la suite c'est devenu excessif alors elle réagit de la même façon, et la situation arrivé jusqu'à elle refus de satisfait ces besoin, mais ça n'a rien aboutit malgré qu'elle sollicite de l'aide de ses proches pour calmer la situation ,mais en vaine et refus d'écouter.

Malgré tout le mal qu'elle vivait, elle n'a pas perdu espoir que son mari change ses comportements un jour vers les meilleurs, pour que leur enfant grandisse dans un climat de famille prospère, parce que ce n'est pas la seule qui souffrait dans la vie conjugale.

On a remarqué, que la dame était nerveuse et très agitée, pour pouvoir exprimer tout ce qui la taraude. Ses réponses étaient longues et discontinues non seulement elle est était timide, ses larmes coulaient de ses yeux sans cesse.

Après on a présenté l'échelle d'affirmation de soi pour répondre aux items de l'échelle :

**1.2. Analyse de test de l'affirmation de soi de Rathus**

Tableau n<sup>0</sup> (06) : cas n<sup>0</sup> 05(Kahina)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Tout à fait vrai								x																						
Vrai	x			x	x	x			x			x	x	x		x		x		x		x	x		x	x		x	x	x
Plutôt vrai															x		x	x												
Plutôt faux									x																					
Faux		x	x				x			x	x	x									x							x		
Tout à fait faux																														

On observe que les résultats de cas de(Kahina) se situent dans le Score compris entre -2 et – 8 et notre résultat obtenu est -3.

Dans l'analyse de l'échelle, cette femme présente un manque d'affirmation de soi d'après la réponse vrai a l'item N0 (02) « Il m'arrive par timidité d'hésiter à donner ou à accepter des rendez-vous ». et l'item N0 (03) « Quand au restaurant la nourriture

ne me satisfait pas, je m'en plains au serveur ». C'est -à- dire cette femme elle trouve des difficultés pour communiquer les autres sur ces besoins dans les compétences sociales et d'exprimée ses opinions et ses sentiments d'une manière directe elle ne fait pas des réclamations et des jugements.

**Synthèse du cas :**

Selon les données de l'entretien et les résultats obtenus grâce à l'échelle de Rathus, nous avons constaté que cette femme présente un manque d'affirmation de soi avec un score -3.

Les femmes victimes de violence conjugale présente un manque d'affirmation de soi.

A partir des résultats obtenus, grâce à l'analyse et l'interprétation de l'entretien et de l'échelle de Rathus, qui portées sur les cinq femmes qui sont victime de la violence conjugale qu'on a trouvé dans la polyclinique de El-kseur et FRANZ FANON au Bejaia.

L'analyse de l'échelle de Rathus que nous n'avons effectués avec les femmes victime de la violence conjugale ont permis de mesurer les degrés d'affirmation de soi chez elles.

Les différents cas que nous avons rencontrés ont contribué à l'évaluation de notre étude on a essayant de répondre à nos hypothèse qu'on a supposée « les femmes victime de la violence conjugale présent un manque d'affirmation de soi ».

Les résultats qu'on a obtenus après la passation a été confirmé et infirmer car nous avons remarqué à travers notre étude des cinq cas, que les quatre femmes présentent un manque de compétence sociale et plus précisément l'affirmation de soi et une femme présent une bonne affirmation de soi.

Le test d'affirmation de soi a donné des résultats qui en peuvent résumer dans un tableau récapitulatif des différents cas auxquels nous nous sommes intéressées au cours de notre stage effectuée à l'hôpital.

**Le tableau N° 07 :** Les résultats de l'échelle de Rathus sur les cinq cas

Cas	01	02	03	04	05
Résultat de l'échelle de Rathus	-1 Une bonne affirmation de soi	-5 Un manque d'affirmation de soi	-5 Un manque d'affirmation de soi	-9 Une faible d'affirmation de soi	-3 Un manque d'affirmation de soi

Le 1er cas (Amel) présente une bonne affirmation de soi d'après l'analyse de l'échelle de Rathus.

Selon Jakubowski (1977), l'affirmation de soi est la capacité d'exprimer ses pensées, ses sentiments et ses opinions et de défendre ses droits tout en respectant ceux des autres ; on le fait pour montrer qu'on s'aime suffisamment pour se choisir et qu'on a le droit d'avoir un certain pouvoir sur notre propre vie. L'affirmation de soi n'est pas une habilité innée mais bien un comportement qui s'apprend et la femme vit dans une relation de violence conjugale a souvent des difficultés à cet égard, avant bien intégrer les valeurs féminines stéréotypées elle n'a donc pas l'habitude de refuser les demandes de son conjoint ni de demander que ses besoins soient respectés, Dans l'affirmation de soi la femme peut alors pratiquer les différents composants de l'affirmation de soi dans un contexte sécuritaire, elle prendra aussi que l'affirmation de soi n'est pas une négation de l'affection que l'on porte à autrui, en effet, c'est un autre pas pour la femme vers la reprise de pouvoir dans sa vie car elle reconnaît que ses besoins et désirs sont importants et qu'elle a aussi le droit d'y répondre. A cause de comportement et les réactions violentes de conjoint la femme décide de quitter son mari en effet, la femme peut réaliser qu'elle a besoin de vivre dans une relation de respect poursuivre sa démarche de reprise de pouvoir sur sa vie. Elle a goûté à une meilleure estime de soi et elle s'est suffisamment dégagée de son sentiment d'impuissance pour cesser de se voir comme une victime (Sonia G et al, 2012, P.39- 41)

Les cas n° (02), (03), (04) et (05) manifestent une faiblesse au niveau des compétences sociales qui se traduisent par l'incapacité à défendre leur point de vue ou d'exprimer leur sentiment avec sincérité et aisance devant autrui, et peur du jugement négatif de soi-même et des autres, et le sentiment d'infériorité, et maladroite et du mal de décider « Le manque d'affirmation de soi influence effectivement l'équilibre d'un couple. Une personne trop passive aura tendance à se laisser dominer par son conjoint, ce qui pourra l'amener à de grandes difficultés personnelles. Un manque d'affirmation de soi à prédominance agressive risque, lui, de faire fuir.

Il y a des femmes décidèrent cependant de rester dans la relation conjugale dans l'espoir, parfois irréaliste, que leurs nouvelles capacités affirmatives apporteront un meilleur équilibre dans les rapports de pouvoir avec leurs conjoint.

Il y a des personnes qui présentent un manque d'affirmation de soi dans tous les domaines, elles sont faciles à repérer très discrètes, elles ne demandent pas grande chose, ne font en général ni compliment ni critique, ne participent pas aux conversations fuient les conflits et n'osent pas exprimer une opinion différente (Frédéric F, 2011, P.241-243)

Donc le manque de l'affirmation de soi peut avoir été appris dans l'enfance du fait de l'attitude de l'entourage familiale ou social qui a réprime la libre expression des émotions, l'expression de la colère ou de l'amour n'aient jamais été apprises (Jean C, 2004, P.56)

Par ailleurs, les résultats obtenus par notre étude de recherche sur les cinq cas, sur l'affirmation de soi chez les femmes victimes de violence conjugale ne peuvent pas être généralisés sur toutes les femmes violentées.

# Conclusion

## **Conclusion**

La violence conjugale est aujourd'hui reconnue comme une question de société légitime, il n'en a pas toujours été ainsi. C'est grâce aux mobilisations féministes des années 1970, qui définissent alors la violence dans le couple comme une violence faite aux femmes produit des rapports de domination entre les hommes et les femmes, que ce phénomène est sorti de la dénégation sociale dans laquelle il était tenu.

Alors n'importe qu'elle femme peut être victime de violence conjugale, dans n'importe quelle société, système de valeur et range sociale et ce type de violence attaque la spécificité physique et psychologique de la femme violentée ces abus peuvent se répercuter sous différents problématiques, comportementales, émotionnelles et physique. Généralement cette violence décrite comme une dynamique relationnelle impliquant l'utilisation d'actes à caractère abusif choisis pour dominer ou contrôler une autre personne dans le cadre d'une relation intime. Cette définition englobe les agressions de nature psychologique, verbale, physique, sexuelle ainsi que les actes de domination de nature économique et spirituelle.

Notre question de départ était «Est- ce- que les femmes victime de violence conjugale présente un manque d'affirmation de soi ? », pour la réalisation de notre recherche on a constitué un échantillon qui se composait de 5 femme âgée entre (24ans) et (45ans) et nous avons effectué notre stage pratique dans un polyclinique d'El-kseur et l'hôpital de FRANZ FANON et notre étude a été effectuée a partir des entretiens avec ces femmes et notamment, l'utilisation de l'échelle de Rathus pour mesure le degré d'affirmation de soi, et ont obtenu des informations sur les cas qu'on a enquêté, concernant évidemment les deux variable.

Nous espérons a travers de cette recherche d'avoir contribué à faire sortir les femmes victime de la violence conjugale de leur silence et comprendre leur souffrance par l'écoute et la prise en charge.

Les violences conjugales ont un impact sur la santé des femmes et des enfants et sur la société toute entière vue la relation existante entre le degré de violence envers la femme et le développement des sociétés, si nous voulons qu'une société soit développée

et faite d'individus responsables, il s'agit donc de modifier les valeurs sociales afin de construire une société plus égalitaire et plus respectueuse.

Et finalement notre travail de recherche reste une bonne expérience pour l'apprentissage et la découverte sur le plan pédagogique, scientifique et personnel.

# **Bibliographie**

***Bibliographie :***

***Ouvrage :***

1. Actouf (1987), « **Méthodologie des sciences sociales et approche qualitative une organisation ; une introduction à la démarche classique et une critique** » Québec, édition les presses université.
2. Boisvert J et Madelein B(2012) « **s'affirmer et communiquer les éditions de l'homme** », Montréal, Québec.
3. CHaloult L et coll. (2014) « **affirmation de soi** », université de Québec.
4. Cherifa B (2013) «**des corps et des mots sexuation, genre et violences conjugales** », éditions, SARP, Alger.
5. Clot Y et Leplat J(2005) « **la méthode clinique en ergonomie et en psychologie du travail** », presses de l'universitaire de France vol.68.
6. Christine M et Luis V(2004) « **l'entretien en thérapie comportemental et cognitive**»,2eme édition, Dunod, paris.
7. Diana P et al (2010) « **psychologie du développement humain** » 7eme édition, de Boeck.
8. Elisabeth P et Emmanuel J, (2014) « **la violence au Congo Brazzaville de la tradition à la modernité** », édition, l'harmattan, paris.
9. Evelyne J(2007) « **les violences conjugales quelques repères** », Alger, édition la Hulpe, Belgique.
10. Frédéric F et Bernard R(2007) « **l'affirmation de soi : une méthode de thérapie** », édition, Odile Jacob,Paris.
11. Frédéric F(2010) « **Oser la vie à deux** », édition, Odile Jacob, paris.
12. Gilles R(1994) « **la violence familiale** », université de Québec, Montréal.
13. Gosselin M(2005) « **l'impact de l'attachement sur la violence conjugale : état de la question** », bulletin de psychologie, n0 479, Groupe d'études psychologie.
14. Henri B(2016) « **comment aider une amie victime de violence conjugale** », Montréal, Québec.

15. Jack D(2001) « **la méthode du cas en psychologie clinique et en psychopathologie** », Dunod, paris.
16. Jacques S et al (2004) « **vivre à deux** », édition, Fides, canada.
17. Jean-Christophe V(2007) « **l'entretien comme outil d'évaluation** ».
18. Jean C (2004) « **les visiteurs du Soi à quoi servent les pays ?** », édition, Odile jacob.
19. Karen H(2009) « **introduction à la psychologie** », édition Boeck.
20. Kathleen L et al (1996) « **Exist-il un consensus sociale pour définir et comprendre la problématique de violence conjugale ?** »santé mentale au Québec vol, 21, n02.
21. Kelly L et Sandre C(1994) « **santé Outaouais, mieux-être en tête Guide d'animation** ».
22. Lachapelle H et Louise F (2000) « **la violence conjugale développer l'expertise infirmière** », presse de l'université du Québec.
23. Liliane D(2008) « **la violence conjugale** », n<sup>o</sup> 255, Martin média.
24. Pierre C(1997) « **étude de cas au service de la recherche** », université du Québec, n0 50.
25. Robert G(1978) « **Guide méthodologique de la recherche** », édition Québec.
26. Robert S(2005) « **psychologie clinique et psychopathologie** »2<sup>eme</sup> édition, Bréal.
27. Robin M(2011) « **l'enfant et les violences conjugales** », édition, l'harmattan, paris.
28. Rogant.A-M-C et al (2007) « **affirmation de soi par le jeu de rôle** », Dunod, paris.
29. Sonia G et al(2012) « **expérience d'intervention psychosociale en contexte de violence conjugale** », presses de l'université Québec.

#### **Dictionnaires :**

1. Block H et al (1991), « **le grand dictionnaire de la psychologie** », Larousse, paris.

2. Stefka I-M et al (2005) « **dictionnaire infirmier de psychiatrie** », Masson, paris.

**Reuves :**

1. Ghayda H (2013) « la violence conjugale et diversité culturelle, Revue internationale de la recherche interculturelle », vol. 3, n0 02.
2. Girard J et coll, (2004), « **les violences conjugale pour une clinique de réel** », OMS, vol .25, n0 04.
3. Girard L et al (2015), « **les violences conjugales familiales et structurelles : enfances familiales générations** », université de Montréal, n022.

**Thèses :**

1. Deshpriya N-D(2012), « **violence conjugale vers un dépistage systématique** » thèse pour obtenir le grade docteur en médecine, faculté médecine de Nancy, université de Lorraine, n0 5005.
2. Khadidja B-H (2012), « **approche cognitive des violences conjugales** » thèse de magistère en psychologie clinique, faculté des sciences humaines et sociales, université Mentouri Constantine.
3. Marie F-L (2002), « **dimension affective de la violence conjugale masculin et féminine : contribution de la théorie de l'attachement** », thèse de doctorat en psychologie, l'université du Québec à Trois-Rivières.

# **Annexes**

**Annexe n° 01 : guide d'entretien****Guide d'entretien :**

Affirmation de soi chez les femmes victimes de la violence conjugale

**Axe N° 01 : Renseignement personnels :**

-Nom :

-Age :

-Niveau d'instruction :

-profession :

-Nombre d'enfant :

**Axe N° 02 : information familiale**

-Vous êtes connu votre conjoint avant le mariage ?

-vous pouvez ne présenter votre situation familiale ?

-les conflits ont commencé depuis quand ?

-comment vous gérer vos conflits ?

**Axe N° 03 : La violence conjugale**

-pouvais vous décrire votre relation avec le conjoint ?

- arrivé-vous à gère tous devoirs de votre petit foyer ?

-votre conjoint c'est de genre qui se cherche à satisfaire les besoin ou non ?

-malgré fait tous pour satisfaire votre conjoint mais il y a toujours la violence ?

- quelle genre de violence subi-vous ?

- votre conjoint est voilent pendant la présence de la famille ou bien seul ?

- votre conjoint agressif seulement à la maison ou bien à l'extérieur aussi ?

-Comment la violence influe sur le développement des enfants ?

-qu'elles sont les réactions de la famille ?

**Axe N° 04 : affirmation de soi**

-Quelle est votre réaction pendant et après la violence ?

-Avez-vous pensé à trouver des solutions pour dépasser cette situation ?

-avez-vous déjà parlé avec quelqu'un sur vos souffrances ?

-quelle façon communiquez-vous lorsque vous êtes bouleversée ?

- c'est facile de prendre des décisions ?

-votre conjoint prend une décision sur un sujet familial ou d'autre seul ou vous avez votre parole aussi ?

-cherché vous avoir des satisfactions dans la vie de couple ?

-comme vous arrive à satisfaire votre conjoint, est-ce-que vous êtes satisfaite de sa part ?

**Axe N° 04 :L'avenir**

-comment vous voyez votre avenir après cette situation ?

-avez-vous un espoir que votre conjoint a changera ?

-avez-vous fait des efforts pour apporter un changement pour votre relation

### **La cotation de l'échelle de Rathus**

Chaque item est coté de -3 à +3 selon la réponse du sujet :

- Tout à fait vrai= + 3
- Vrai=+2
- Plutôt vrai= +1
- Tout à fait faux= -3
- Faux =-2
- Plutôt faux= -1

Il faut inverser le signe de la note pour les items marqués d'un astérisque(\*).

Il faut ensuite faire la somme des items +et celle des items -, puis les additionner.

### **Interprétation**

**Score supérieur a -1** : la personne est affirmée. Elle n'a pas honte de ses opinions ; elle peut exprimer sans agressivité, sans ambiguïté et sans chercher à les imposer aux autres. Elle est capable d'entendre ce qu'on lui dit, de discuter sans se sentir coupable, tout en respectant les idées de ses interlocuteurs. Elle est généralement à l'aise en société et bien dans sa peau.

Cette échelle ne permet pas de distinguer la personne affirmée de celle agressive en cas de score élevé.

**Score compris entre -2 et - 8** : la personne n'est pas phobique sociale mais pourrait éprouver certaines difficultés à exprimer ses sentiments avec aisance et sincérité et à défendre son point de vue sans anxiété exagérée. Elle pourrait également être sensible au regard et au jugement d'autrui.

**Score inférieur a -9** : la personne n'est pas affirmée .elle a des difficultés à communiquer, elle a peur du jugement des autres, elle se sent inférieure et maladroite .elle a du mal à se décider,

Elle adopte les idées de ses interlocuteurs pour éviter tout conflit, ou bien elle fuit la discussion et reste la plupart du temps silencieuse et repliée sur elle-même.

### **Les items de l'échelle d'affirmation de soi de Rathus**

1) La plupart des gens semblent être plus agressifs et s'affirmer mieux que moi. \_\_\_\_\_

- 2) Il m'arrive par timidité d'hésiter à donner ou à accepter des rendez-vous. \_\_\_\_\_
- 3) Quant au restaurant la nourriture ne me satisfait pas, je m'en plains au serveur. \_\_\_\_\_
- 4) J'évite soigneusement de blesser les sentiments des autres, même quand je sens que j'ai été offensé. \_\_\_\_\_
- 5) Si un vendeur s'est donné beaucoup de mal pour me présenter une marchandise qui ne me convient pas tout à fait, il m'est difficile de dire "non". \_\_\_\_\_
- 6) Quand on me demande de faire quelque chose, j'insiste pour en connaître les raisons. \_\_\_\_\_
- 7) Il m'arrive de chercher une bonne et saine discussion. \_\_\_\_\_
- 8) Je lutte pour réussir aussi bien que la plupart des gens qui sont dans ma situation. \_\_\_\_\_
- 9) A la vérité, les gens profitent souvent de moi. \_\_\_\_\_
- 10) J'aime engager la conversation avec de nouvelles personnes. \_\_\_\_\_
- 11) Je ne sais pas quoi dire à des personnes attirantes du sexe opposé. \_\_\_\_\_
- 12) J'hésite à téléphoner à des sociétés et à des administrations. \_\_\_\_\_
- 13) Il me paraît plus facile de poser ma candidature à un emploi ou à un stage par écrit que de subir un entretien. \_\_\_\_\_
- 14) Je trouve qu'il est très embarrassant d'avoir à rendre une marchandise. \_\_\_\_\_
- 15) Si un parent proche et respecté m'ennuyait, je cacherais mes sentiments plutôt que d'exprimer ma contrariété. \_\_\_\_\_
- 16) Il m'est arrivé d'éviter de poser des questions de peur de paraître idiot. \_\_\_\_\_
- 17) Il m'arrive parfois, au cours d'une discussion, d'avoir peur d'être troublé au point de me mettre à trembler de tout mon corps. \_\_\_\_\_
- 18) Si un conférencier renommé et respecté faisait une affirmation que j'estime inexacte, j'exposerais quand même mon point de vue à l'auditoire. \_\_\_\_\_
- 19) J'évite de marchander. \_\_\_\_\_
- 20) Quand je fais quelque chose d'important ou de valable, je m'arrange pour que les autres le sachent. \_\_\_\_\_

- 
- 21) J'exprime ouvertement et franchement mes sentiments. \_\_\_\_\_
- 22) Si quelqu'un a fait courir de faux bruits et des calomnies à mon sujet, je vais le voir aussitôt que possible pour lui "dire deux mots". \_\_\_\_\_
- 23) Il m'est souvent difficile de dire "non". \_\_\_\_\_
- 24) Je suis porté à me retenir plutôt qu'à faire une scène. \_\_\_\_\_
- 25) Je fais des réclamations quand le service est mal fait au restaurant ou ailleurs. \_\_\_\_\_
- 26) Quand on me fait un compliment, parfois je ne sais pas quoi répondre. \_\_\_\_\_
- 27) Si au théâtre ou à une conférence, mes voisins parlaient trop fort, je leur demanderais de se taire ou d'aller parler ailleurs. \_\_\_\_\_
- 28) Toute personne essayant de prendre ma place dans une queue aura à faire à moi. \_\_\_\_\_
- 29) Je suis prompt à exprimer une opinion. \_\_\_\_\_
- 30) Il m'arrive parfois d'être incapable de dire quoi que ce soit.

## Annexe n° 03 : les réponses du premier(01) cas Amel aux items de l'échelle de Rathus

		Tout à fait vrai	vrai	Plutôt vrai	Plutôt faux	faux	Tout à fait faux
*1	La plupart des gens semblent être plus agressifs et s'affirmer mieux que moi.	×					
*2	Il m'arrive par timidité d'hésiter à donner ou à accepter des rendez-vous.		×				
3	Quant au restaurant la nourriture ne me satisfait pas, je m'en plains au serveur.			×			
*4	J'évite soigneusement de blesser les sentiments des autres, même quand je sens que j'ai été offensé.	×					
*5	Si un vendeur s'est donné beaucoup de mal pour me présenter une marchandise qui ne me convient pas tout à fait, il m'est difficile de dire "non".						×
6	Quand on me demande de faire quelque chose, j'insiste pour en connaître les raisons.	×					
7	Il m'arrive de chercher une bonne et saine discussion.	×					
8	Je lutte pour réussir aussi bien que la plupart des gens qui sont dans ma situation.	×					
*9	A la vérité, les gens profitent souvent de moi.						×
10	J'aime engager la conversation avec de nouvelles personnes.	×					
*11	Je ne sais pas quoi dire à des personnes attirantes du sexe opposé.					×	
*12	J'hésite à téléphoner à des sociétés et à des administrations.		×				
*13	Il me paraît plus facile de poser ma candidature à un emploi ou à un stage par écrit que de subir un entretien.		×				
*14	Je trouve qu'il est très embarrassant d'avoir à rendre une marchandise.	×					
*15	Si un parent proche et respecté m'ennuyait, je cacherais mes sentiments plutôt que d'exprimer ma contrariété.		×				
*16	Il m'est arrivé d'éviter de poser des questions de peur de paraître idiot.	×					



## Annexe n° 04 : les réponses du deuxième (02) cas Anissa aux items de l'échelle de Rathus

		Tout à fait vrai	vrai	Plutôt vrai	Plutôt faux	faux	Tout à fait faux
*1	La plupart des gens semblent être plus agressifs et s'affirmer mieux que moi.	×					
*2	Il m'arrive par timidité d'hésiter à donner ou à accepter des rendez-vous.			×			
3	Quant au restaurant la nourriture ne me satisfait pas, je m'en plains au serveur.					×	
*4	J'évite soigneusement de blesser les sentiments des autres, même quand je sens que j'ai été offensé.		×				
*5	Si un vendeur s'est donné beaucoup de mal pour me présenter une marchandise qui ne me convient pas tout à fait, il m'est difficile de dire "non".					×	
6	Quand on me demande de faire quelque chose, j'insiste pour en connaître les raisons.	×					
7	Il m'arrive de chercher une bonne et saine discussion.		×				
8	Je lutte pour réussir aussi bien que la plupart des gens qui sont dans ma situation.		×				
*9	A la vérité, les gens profitent souvent de moi.	×					
10	J'aime engager la conversation avec de nouvelles personnes.			×			
*11	Je ne sais pas quoi dire à des personnes attirantes du sexe opposé.					×	
*12	J'hésite à téléphoner à des sociétés et à des administrations.					×	
*13	Il me paraît plus facile de poser ma candidature à un emploi ou à un stage par écrit que de subir un entretien.			×			
*14	Je trouve qu'il est très embarrassant d'avoir à rendre une marchandise.						×
*15	Si un parent proche et respecté m'ennuyait, je cacherais mes sentiments plutôt que d'exprimer ma contrariété.			×			
*16	Il m'est arrivé d'éviter de poser des questions de peur de paraître idiot.		×				
*17	Il m'arrive parfois, au cours d'une discussion, d'avoir peur d'être troublé au point de me mettre à trembler de tout mon corps.		×				

18	Si un conférencier renommé et respecté faisait une affirmation que j'estime inexacte, j'exposerais quand même mon point de vue à l'auditoire.					×	
*19	J'évite de marchander.					×	
20	Quand je fais quelque chose d'important ou de valable, je m'arrange pour que les autres le sachent.			×			
21	J'exprime ouvertement et franchement mes sentiments.			×			
22	Si quelqu'un a fait courir de faux bruits et des calomnies à mon sujet, je vais le voir aussitôt que possible pour lui "dire deux mots".					×	
*23	Il m'est souvent difficile de dire "non".						×
*24	Je suis porté à me retenir plutôt qu'à faire une scène.		×				
25	Je fais des réclamations quand le service est mal fait au restaurant ou ailleurs.		×				
*26	Quand on me fait un compliment, parfois je ne sais pas quoi répondre.					×	
27	Si au théâtre ou à une conférence, mes voisins parlaient trop fort, je leur demanderais de se taire ou d'aller parler ailleurs.					×	
28	Toute personne essayant de prendre ma place dans une queue aura à faire à moi.			×			
*29	Je suis prompt à exprimer une opinion.				×		
*30	Il m'arrive parfois d'être incapable de dire quoi que ce soit.		×				

## Annexe n° 05 : Les réponses du troisième (03) cas Djamila aux items de l'échelle de Rathus

		Tout à fait vrai	vrai	Plutôt vrai	Plutôt faux	faux	Tout à fait faux
*1	La plupart des gens semblent être plus agressifs et s'affirmer mieux que moi.		×				
*2	Il m'arrive par timidité d'hésiter à donner ou à accepter des rendez-vous.					×	
3	Quant au restaurant la nourriture ne me satisfait pas, je m'en plains au serveur.						×
*4	J'évite soigneusement de blesser les sentiments des autres, même quand je sens que j'ai été offensé.	×					
*5	Si un vendeur s'est donné beaucoup de mal pour me présenter une marchandise qui ne me convient pas tout à fait, il m'est difficile de dire "non".					×	
6	Quand on me demande de faire quelque chose, j'insiste pour en connaître les raisons.	×					
7	Il m'arrive de chercher une bonne et saine discussion.		×				
8	Je lutte pour réussir aussi bien que la plupart des gens qui sont dans ma situation.	×					
*9	A la vérité, les gens profitent souvent de moi.		×				
10	J'aime engager la conversation avec de nouvelles personnes.	×					
*11	Je ne sais pas quoi dire à des personnes attirantes du sexe opposé.		×				
*12	J'hésite à téléphoner à des sociétés et à des administrations.					×	
*13	Il me paraît plus facile de poser ma candidature à un emploi ou à un stage par écrit que de subir un entretien.		×				
*14	Je trouve qu'il est très embarrassant d'avoir à rendre une marchandise.		×				
*15	Si un parent proche et respecté m'ennuyait, je cacherais mes sentiments plutôt que d'exprimer ma contrariété.	×					
*16	Il m'est arrivé d'éviter de poser des questions de peur de paraître idiot.		×				
*17	Il m'arrive parfois, au cours d'une discussion, d'avoir peur d'être troublé au point de me mettre à trembler de tout mon corps.		×				

18	Si un conférencier renommé et respecté faisait une affirmation que j'estime inexacte, j'exposerais quand même mon point de vue à l'auditoire.					×	
*19	J'évite de marchander.						×
20	Quand je fais quelque chose d'important ou de valable, je m'arrange pour que les autres le sachent.						×
21	J'exprime ouvertement et franchement mes sentiments.					×	
22	Si quelqu'un a fait courir de faux bruits et des calomnies à mon sujet, je vais le voir aussitôt que possible pour lui "dire deux mots".		×				
*23	Il m'est souvent difficile de dire "non".						×
*24	Je suis porté à me retenir plutôt qu'à faire une scène.					×	
25	Je fais des réclamations quand le service est mal fait au restaurant ou ailleurs.					×	
*26	Quand on me fait un compliment, parfois je ne sais pas quoi répondre.					×	
27	Si au théâtre ou à une conférence, mes voisins parlaient trop fort, je leur demanderais de se taire ou d'aller parler ailleurs.		×				
28	Toute personne essayant de prendre ma place dans une queue aura à faire à moi.		×				
*29	Je suis prompt à exprimer une opinion.					×	
*30	Il m'arrive parfois d'être incapable de dire quoi que ce soit.		×				

## Annexe n° 06 : les réponses du quatrième (04) cas Zakia aux items de l'échelle de Rathus

		Tout à fait vrai	vrai	Plutôt vrai	Plutôt faux	faux	Tout à fait faux
*1	La plupart des gens semblent être plus agressifs et s'affirmer mieux que moi.		×				
*2	Il m'arrive par timidité d'hésiter à donner ou à accepter des rendez-vous.		×				
3	Quand au restaurant la nourriture ne me satisfait pas, je m'en plains au serveur.				×		
*4	J'évite soigneusement de blesser les sentiments des autres, même quand je sens que j'ai été offensé.		×				
*5	Si un vendeur s'est donné beaucoup de mal pour me présenter une marchandise qui ne me convient pas tout à fait, il m'est difficile de dire "non".						×
6	Quand on me demande de faire quelque chose, j'insiste pour en connaître les raisons.		×				
7	Il m'arrive de chercher une bonne et saine discussion.		×				
8	Je lutte pour réussir aussi bien que la plupart des gens qui sont dans ma situation.	×					
*9	A la vérité, les gens profitent souvent de moi.		×				
10	J'aime engager la conversation avec de nouvelles personnes.	×					
*11	Je ne sais pas quoi dire à des personnes attirantes du sexe opposé.		×				
*12	J'hésite à téléphoner à des sociétés et à des administrations.		×				
*13	Il me paraît plus facile de poser ma candidature à un emploi ou à un stage par écrit que de subir un entretien.	×					
*14	Je trouve qu'il est très embarrassant d'avoir à rendre une marchandise.			×			
*15	Si un parent proche et respecté m'ennuyait, je cacherais mes sentiments plutôt que d'exprimer ma contrariété.			×			
*16	Il m'est arrivé d'éviter de poser des questions de peur de paraître idiot.				×		
*17	Il m'arrive parfois, au cours d'une discussion, d'avoir peur d'être troublé au point de me mettre à trembler de tout mon corps.			×			

18	Si un conférencier renommé et respecté faisait une affirmation que j'estime inexacte, j'exposerais quand même mon point de vue à l'auditoire.				×		
*19	J'évite de marchander.		×				
20	Quand je fais quelque chose d'important ou de valable, je m'arrange pour que les autres le sachent.					×	
21	J'exprime ouvertement et franchement mes sentiments.	×					
22	Si quelqu'un a fait courir de faux bruits et des calomnies à mon sujet, je vais le voir aussitôt que possible pour lui "dire deux mots".					×	
*23	Il m'est souvent difficile de dire "non".					×	
*24	Je suis porté à me retenir plutôt qu'à faire une scène.			×			
25	Je fais des réclamations quand le service est mal fait au restaurant ou ailleurs.					×	
*26	Quand on me fait un compliment, parfois je ne sais pas quoi répondre.			×			
27	Si au théâtre ou à une conférence, mes voisins parlaient trop fort, je leur demanderais de se taire ou d'aller parler ailleurs.	×					
28	Toute personne essayant de prendre ma place dans une queue aura à faire à moi.					×	
*29	Je suis prompt à exprimer une opinion.					×	
*30	Il m'arrive parfois d'être incapable de dire quoi que ce soit.		×				

## Annexe n° 07 : les réponses du cinquième (05) cas Kahina aux items de l'échelle de Rathus

		Tout à fait vrai	vrai	Plutôt vrai	Plutôt faux	faux	Tout à fait faux
*1	La plupart des gens semblent être plus agressifs et s'affirmer mieux que moi.		×				
*2	Il m'arrive par timidité d'hésiter à donner ou à accepter des rendez-vous.					×	
3	Quant au restaurant la nourriture ne me satisfait pas, je m'en plains au serveur.					×	
*4	J'évite soigneusement de blesser les sentiments des autres, même quand je sens que j'ai été offensé.		×				
*5	Si un vendeur s'est donné beaucoup de mal pour me présenter une marchandise qui ne me convient pas tout à fait, il m'est difficile de dire "non".		×				
6	Quand on me demande de faire quelque chose, j'insiste pour en connaître les raisons.		×				
7	Il m'arrive de chercher une bonne et saine discussion.					×	
8	Je lutte pour réussir aussi bien que la plupart des gens qui sont dans ma situation.	×					
*9	A la vérité, les gens profitent souvent de moi.				×		
10	J'aime engager la conversation avec de nouvelles personnes.		×				
*11	Je ne sais pas quoi dire à des personnes attirantes du sexe opposé.					×	
*12	J'hésite à téléphoner à des sociétés et à des administrations.					×	
*13	Il me paraît plus facile de poser ma candidature à un emploi ou à un stage par écrit que de subir un entretien.					×	
*14	Je trouve qu'il est très embarrassant d'avoir à rendre une marchandise.		×				
*15	Si un parent proche et respecté m'ennuyait, je cacherais mes sentiments plutôt que d'exprimer ma contrariété.		×				
*16	Il m'est arrivé d'éviter de poser des questions de peur de paraître idiot.		×				
*17	Il m'arrive parfois, au cours d'une discussion, d'avoir peur d'être troublé au point de me mettre à trembler de tout mon corps.			×			

18	Si un conférencier renommé et respecté faisait une affirmation que j'estime inexacte, j'exposerais quand même mon point de vue à l'auditoire.		×				
*19	J'évite de marchander.			×			
20	Quand je fais quelque chose d'important ou de valable, je m'arrange pour que les autres le sachent.			×			
21	J'exprime ouvertement et franchement mes sentiments.		×				
22	Si quelqu'un a fait courir de faux bruits et des calomnies à mon sujet, je vais le voir aussitôt que possible pour lui "dire deux mots".					×	
*23	Il m'est souvent difficile de dire "non".				×		
*24	Je suis porté à me retenir plutôt qu'à faire une scène.						×
25	Je fais des réclamations quand le service est mal fait au restaurant ou ailleurs.		×				
*26	Quand on me fait un compliment, parfois je ne sais pas quoi répondre.		×				
27	Si au théâtre ou à une conférence, mes voisins parlaient trop fort, je leur demanderais de se taire ou d'aller parler ailleurs.					×	
28	Toute personne essayant de prendre ma place dans une queue aura à faire à moi.		×				
*29	Je suis prompt à exprimer une opinion.		×				
*30	Il m'arrive parfois d'être incapable de dire quoi que ce soit.		×				