

Santé mentale et violence faite aux femmes et aux filles nuances

Messages clé

- Les femmes et les filles ressentent quotidiennement l'oppression dans tous les aspects de leur vie.
- Nous avons tous des capacités différentes pour faire face à cette situation à différents moments de la vie, en fonction du soutien et des types d'oppression.
- Il est essentiel que l'on comprenne que les violences faites aux femmes et aux filles est un problème de société.

Le monde dans lequel nous vivons aujourd'hui est ordonné, structuré et caractérisé par des relations de **pouvoir inégal** actuel et historique entre les femmes et les hommes. Dans ces relations **les femmes et les filles sont systématiquement désavantagées, discriminées et opprimées par les hommes, parce qu'elles sont des femmes**. Les femmes appartenant à des groupes minoritaires sont confrontées à de multiples oppressions dans la société, car la race, la classe sociale et la sexualité se recoupent avec le sexisme, par exemple. Cela se produit dans presque toutes les sphères de la vie. **La violence masculine contre les femmes et les filles est un élément clé du patriarcat**. L'oppression, sous diverses formes, est ressentie chaque jour par les femmes et les filles. L'oppression et la violence à l'égard des femmes et des filles sont un problème de société qui a des effets très réels. Tout en travaillant avec une femme ou une fille, la gestion des cas de violence basée sur le genre aide à apporter un appui pour répondre à un ou plusieurs incidents spécifiques de violence à son encontre.

Les conséquences de la violence affectent tous les aspects de la vie, de la santé mentale et du bien-être des femmes, de la santé sexuelle et de la santé physique, et entraînent la stigmatisation, l'isolement et la honte. Les conséquences sociales et psychologiques peuvent être aussi dangereuses pour la vie que les conséquences physiques de la violence.

Les survivantes vivent souvent dans la crainte constante pour leur vie et celle de leurs enfants, ce qui contribue au niveau élevé de stress qu'elles vivent. La recherche montre que des niveaux élevés et constants de stress ont des effets négatifs sur la santé physique et mentale de l'organisme. De plus, les survivantes sont susceptibles d'être en mode survie et toujours prêtes au



combat, à la fuite ou à la peur (les trois réactions à des situations qui mettent en danger leur vie). Le fait de vivre avec la violence a des répercussions émotionnelles importantes sur la survivante et peut mener à des sentiments de tristesse et d'isolement, qui sont souvent exacerbés par l'auto culpabilisation et le sentiment de ne pas avoir de la valeur.

Ce cadre est essentiel pour comprendre les réactions des femmes et des filles face à l'oppression systématique et structurelle qu'elles subissent et ressentent. Il est essentiel de comprendre que la prise en charge des cas de violence basée sur le genre n'est pas assurée de manière isolée, mais qu'elle s'inscrit dans le cadre des activités de réseautage et d'appui Psycho-social des femmes afin de favoriser la création d'une communauté de femmes et de filles pour répondre à leurs besoins et combattre l'oppression en étant ensemble et tout en guérissant de cette violence. Les femmes et les filles ont le droit d'être fâchées et bouleversées et doivent avoir le droit d'exprimer leurs émotions pendant la prise en charge des cas de violence basée sur le genre. En tant qu'intervenant dans les VBG, il est impératif de ne pas minimiser les sentiments d'une personne envers l'oppression quotidienne et de comprendre quand il faut soulever un cas et la référer à un praticien de santé mentale.

Les prestataires de services doivent comprendre les impacts potentiels des conséquences sociales comme la stigmatisation, l'isolement, la discrimination, le rejet par les familles et la communauté, l'isolement ainsi que les réactions psychologiques. Il peut s'agir de la peur, de la colère, de l'anxiété, de la honte, de la haine envers soi, de la dépression, de l'insomnie, de la culpabilité et du repli sur soi. Pour beaucoup de femmes et de filles, beaucoup d'entre ces réactions sont temporaires et passeront à mesure que la situation s'améliorera et que les survivantes se rétabliront, ce qui souligne également le besoin crucial d'avoir des espaces destinés offrir aux femmes et aux filles des services complets comme le soutien psychosocial et le réseautage pour soutenir le rétablissement et la connectivité. Chaque personne a différentes forces et résilience à différents moments, et cela a une incidence sur notre capacité de faire face à une situation et de nous rétablir. Parfois, les praticiens de la santé mentale ont besoin d'un appui supplémentaire pour répondre à des besoins de santé mentale plus graves comme la dépression, les sentiments suicidaires, se faire du mal et le désordre lié au stress post-traumatique (SSPT). Il peut être nécessaire de référer ces sentiments à un praticien de santé mentale en fonction de la capacité du système de santé et de la capacité des assistantes sociales chargées de la prise en charge de la violence basée sur le genre. Il est impératif que les responsables de la prise en charge des VBG s'entretiennent avec leurs supérieurs hiérarchiques.

Superviseurs techniques: Avant la programmation, les superviseurs techniques doivent s'assurer que les praticiens de la santé mentale de la région sont formés pour répondre à la violence faite aux femmes et aux filles et à en comprendre les causes profondes. Les praticiens de VBG peuvent

causer du tort s'ils réfèrent les survivantes à un partenaire qui peut blâmer ou stigmatiser les femmes et les filles pour la violence masculine dont elles sont victimes. L'organisation doit savoir quand et comment référer les besoins en santé mentale à un praticien de la santé mentale (c.-à-d. un psychologue ou un psychiatre).

Etudes de cas

Les études de cas ci-dessous ne sont pas exhaustives. Les assistantes sociales en charge des VBG doivent être formées pour offrir des options de santé mentale de manière sûre et appropriée, sans porter de jugement. De plus, il faut aussi comprendre les limites des praticiens en santé mentale. Avant de référer les patientes, les superviseurs techniques doivent évaluer si des psychologues et des psychiatres de sexe féminin formés sur les causes profondes de la violence faite aux femmes et aux filles sont disponibles et si elles comprennent les causes profondes de cette violence.

1. Effets minimum possibles pour le référencement lorsque ce dernier n'a pas été indiqué comme un besoin:

Une femme va au Centre des femmes. Elle est en colère parce que des hommes la harcèlent alors qu'elle promène, et ensuite des amis la blâment après que son ami masculin ait essayé de la toucher. Ils lui ont dit qu'elle flirt trop. Après avoir écouté, l'assistante sociale chargée du cas voit qu'elle est en colère. La femme est immédiatement référée à un praticien en santé mentale parce qu'elle est en colère. Cela lui a donné l'impression qu'elle est à l'origine du problème et que quelque chose ne va pas chez elle. Pourquoi ne peut-elle pas contrôler sa colère ? La prochaine fois, elle cachera ses sentiments. Après tout, rien ne s'est passé sauf que son amie a essayé de l'agresser.

2. Quand faut-il référer:

Une femme se rend au Centre des femmes pour demander la prise en charge de son cas de violence basée sur le genre. Lors de sa deuxième séance, elle dit à l'assistante sociale qu'elle n'a pas quitté son lit depuis quatre semaines. Son amie l'a forcée de sortir du lit pour venir au Centre des femmes. Depuis cet incident, elle a cessé de manger et l'assistante sociale pour les VBG peut également constater qu'elle a perdu beaucoup de poids depuis leur première rencontre. Elle dit qu'elle ne veut plus se donner la peine de se réveiller. L'assistante VBG explique qu'il y a un psychologue qui peut venir au Centre des femmes pour l'aider à soulager les symptômes de la tristesse, si elle le souhaite.

