

RELATION SOUS EMPRISE

MANIPULATION, DOMINATION SOURNOISE

TOUT COMMENCE DE FAÇON IDYLLIQUE PLEINE DE BELLES PROMESSES une vie extraordinaire pour une femme exceptionnelle...



exceptionnelle...

PUIS UNE DÉVALORISATION INSIDIIEUSE S'INSTALLE

Tu pourrais pas te faire!

T'as vu comment t'es sapée

Franchement cette robe te rend moche

Tu t'es ridiculisée ma pauvre

réfléchis avant de parler

T'as grossi Non?



ANXIÉTÉ, PEUR DE SA RÉACTION, TE FAIT DOUTER DE TOUT

Tu es susceptible!

Tu prends tout au pied de la lettre

c'était juste une blague

Tu fais...



ISOLEMENT, ÉLOIGNEMENT ENFERMEMENT

Tes amis se moquent de toi

Tu mérites mieux

T'as plus de temps pour moi

Ta famille ne m'aime pas elle fait tout pour nous séparer

Tu devrais quitter ton boulot il est nul



FLICAGE PERMANENT

T'était où?

T'en a mis du temps!

Tu parles avec qui?



TENSION PERMANENTE, PEUR DE MAL FAIRE...

Tu t'es pas foulé!



QUI PEUT ARRIVER À TOUTES, HÉLAS LES VICTIMES NE SONT JAMAIS RESPONSABLES!

NORMALISATION DES VIOLENCES VERBALES, ÉCONOMIQUES, PHYSIQUES...



Tu vas pas en faire toute une montagne c'est ridicule
Allez ----

LE MASQUE SOCIAL



Tu as de la chance
Ton mec est Top!
T'es super Merci ----

CONFUSION, MANQUE DE CONFIANCE, DÉPENDANCE...
il a beaucoup souffert
Et je suis nulle
c'est de ma faute



il est pas vraiment comme ça
il est stressé
C'est moi

je n'aurais pas dû le provoquer
je suis rien sans lui

CHANTAGE, EXIGENCE...



Regarde elle le fait, en plus elle est sexy et toi??
Pas foutue de travers

FATIGUE, DÉPRIME AIGU
STRESS



SI CELA T'ARRIVE
Parles-en nous te croyons et on peut t'aider si tu veux!



LE CYCLE DES VIOLENCES



PRINCE CHARMANT ★

DÉNIGREMENT

CADEAU ENTHOUSIASME

IRRITATION

ENJOUÉ

EUPHORIE



SILENCE

JOIE ★

EMPORTEMENT

TENSION

CHANTAGE

CALME

EXCÈS DE COLÈRE

LOVE

Lune de miel

Climat de tension

ESPOIR CRAINTE
DÉTENTE APPRÉHENSION



INQUIÉTUDE
STRESS
HUMILIATION

OUBLI

APAISEMENT

OPTIMISME

SOULAGEMENT

CHERCHE

À EXCUSER

PEUR

ANGOISSE

HONTE

PREND
SUR SOI

STRESS AIGU

DÉTRESSE

CULPABILITÉ

AGRESSION

CRI



VIOL

INSULTE

Justification

Explosion

MENACE

RAGE

EXCUSE

BLÂME LES AUTRES

MINIMISE

NIE SA RESPONSABILITÉ

CRUAUTÉ

DÉLIRE

VIOLENCES

PHYSIQUES

ÉCONOMIQUES

& SEXUELLES



RENVERSEMENT

CHANTAGE

AFFECTIF

FUREUR



CULPABILISATION

SORTIR D'UNE EMPRISE

EN PARLER



Beaucoup de femmes ont vécu sous emprise et s'en sont sorties en parlant. C'est le 1^{er} Pas

LA DÉSIDÉALISATION

Hélas les personnes violentes sont très fortes pour faire croire à la victime qu'elle n'est rien sans eux. Ce qui est FAUX!



LA PRISE DE CONSCIENCE



Quand la victime est prête à quitter l'autre, Nous sommes là pour l'aider et la soutenir

LA DÉCONSTRUCTION

l'emprise est comme un lavage de cerveau, il faut tout oublier pour se reconstruire.



LA RECONSTRUCTION

réapprendre à se faire confiance, à s'aimer



Le chemin est long mais ça en vaut le coup

