

# LES CONFLITS

## ET LA VIOLENCE À L'ADOLESCENCE



SAVAIS-TU QUE LES CONFLITS PEUVENT ÊTRE BÉNÉFIQUES DANS UN COUPLE ?

### LES CONFLITS

nous permettent d'**apprendre à mieux se connaître** et à **mieux communiquer nos besoins** à notre partenaire.

### MAIS PARFOIS ...

les conflits peuvent escalader jusqu'à l'utilisation de comportements de violence.

Quelles formes la violence peut-elle prendre ?

#### SEXUELLE

Embrasser ou faire des atouchements sans le consentement de l'autre, mettre de la pression pour avoir une relation sexuelle

#### PSYCHOLOGIQUE

Être hostile, insulter, ridiculiser, contrôler le réseau social ou tenter de rendre l'autre jaloux.se

#### PHYSIQUE

Pousser, frapper, lancer un objet, faire des menaces ou utiliser la force physique pour contrôler l'autre

Plusieurs **conséquences négatives** de la violence ont été identifiées :

#### Blessures physiques

Douleurs, ecchymoses, coupures

#### Blessures psychologiques

Tristesse, détresse, faible estime de soi, idéations suicidaires

#### Blessures relationnelles

Diminution de la satisfaction relationnelle, peur

#### Revictimisation

Dans ses relations futures

Quand est-ce que la violence survient ?

Notre étude a montré des liens entre les stratégies utilisées pour gérer un conflit et l'adoption de comportements violents

Les stratégies de gestion de conflits :

CONFLICTUELLES

ÉVITEMENT

POSITIVES

Peu importe l'utilisation de stratégies positives, l'adoption de stratégies conflictuelles ou d'évitement augmente nos chances de perpétrer de la violence lors d'un conflit

Pour en savoir plus sur les projets du laboratoire : [www.lefac.uqam.ca](http://www.lefac.uqam.ca)

Pour citer ce document: Fortin, A. & Paradis, A. (2021, avr.). *Les conflits et la violence à l'adolescence*. Laboratoire d'études sur le bien-être des familles et des couples (LÉFAC). Université du Québec à Montréal.