

Les répercussions de la victimisation

Préparé par le Centre canadien de ressources pour les victimes de crimes

AVERTISSEMENT : Le présent document se veut un guide général pour les personnes qui peuvent être touchées par un crime ou pour les victimes ou les survivants qui ont déjà affaire au système de justice pénale. N'hésitez surtout pas à communiquer avec nous pour obtenir des précisions, ou pour que l'on vous aiguille vers un organisme de votre collectivité qui pourrait vous offrir du soutien. Nous encourageons toutes les victimes à discuter des renseignements aux présentes avec leur fournisseur local de services d'aide aux victimes avant d'entamer toute procédure.

Introduction

La victimisation criminelle est une expérience effrayante et troublante pour de nombreux Canadiens. Elle est imprévisible, pratiquement impossible à prévenir et souvent inattendue. Contrairement aux expériences de vie normales, la victimisation n'est pas recherchée, ni jamais bien accueillie. Elle est débilitante et démoralisante. Souvent, ses effets peuvent durer longtemps et être difficiles à surmonter.

Les victimes peuvent être confuses, craintives, frustrées et en colère. Elles veulent savoir pourquoi la chose s'est produite, et pourquoi c'est arrivé à elles. Souvent, les victimes ne savent pas vers qui ou vers où se tourner à la suite d'un crime. Elles ne se sentent pas en sécurité et elles ne savent pas à qui faire confiance ou à qui se fier pour obtenir du soutien, de la compassion ou de l'aide. En plus de souffrir sur les plans physique, affectif, psychologique et financier, elles sont souvent accablées par la complexité du système de justice pénale.

Qu'est-ce qu'un crime?

Un crime survient lorsqu'une personne enfreint la loi. Au Canada, les comportements illicites sont consignés dans le *Code criminel*. Une personne qui commet un acte en contravention du *Code criminel* peut être accusée d'un crime et se faire arrêter.

Certains crimes sont commis contre les biens (p. ex. l'introduction par effraction ou la fraude) et d'autres crimes sont commis contre les personnes (p. ex. l'agression physique ou sexuelle). Certains crimes touchent à la fois les biens et les personnes.

Tous les crimes sont graves et doivent être traités en conséquence. Il ne faut pas oublier que même les crimes relativement « mineurs » peuvent avoir des effets dévastateurs sur la vie d'autrui.

Prévention du crime

Certains Canadiens tentent d'éviter la victimisation en étant conscients de ce qui se passe autour d'eux, en ayant des plans de sécurité et peut-être même en suivant des cours d'autodéfense. Il est bon d'avoir un plan de sécurité, mais cela ne peut garantir votre sécurité personnelle. Rappelez-vous que la plupart des gens sont victimisés par des personnes qu'ils connaissent, et non pas par des étrangers.

Qui est victime d'un crime?

Au Canada, la définition de « victime » peut varier selon la province où l'on habite. S'agissant de préparer une déclaration de la victime en vertu de l'article 722 (4) du *Code criminel*, la victime est :

- a) *la personne qui a subi des pertes ou des dommages — matériels, corporels ou moraux — par suite de la perpétration d'une infraction;*
- b) *si la personne visée à l'alinéa a) est décédée, malade ou incapable de faire la déclaration prévue au paragraphe (1), soit son époux ou conjoint de fait, soit un parent, soit quiconque en a la garde, en droit ou en fait, soit toute personne aux soins de laquelle elle est confiée ou qui est chargée de son entretien, soit une personne à sa charge.*

En général, les victimes sont les personnes le plus directement touchées par un crime. Même si l'on ne retrouve jamais le contrevenant, la personne qui est victimisée doit quand même être considérée comme une victime. C'est un mythe que de croire qu'il n'y a pas de victime si le contrevenant ne se fait pas attraper.

Les membres de la famille, les amis et autres personnes qui se soucient de la victime peuvent aussi s'en ressentir lorsqu'un crime est commis. Ces gens, de même que la victime, peuvent avoir besoin d'information et de soutien.

De quelle façon le crime touche-t-il les gens?

Le crime touche tout le monde d'une façon différente. La victimisation cause souvent un traumatisme et, selon le niveau de choc qu'une personne a déjà subi dans le passé, le crime peut se révéler dévastateur. En général, la victimisation touche les gens sur les plans affectif, physique, financier, psychologique et social.

Les répercussions affectives de la victimisation

Choc, incrédulité et déni – Au début, les victimes peuvent avoir du mal à croire qu'elles sont devenues victimes d'un crime. Elles peuvent même faire semblant que la chose n'est pas arrivée du tout. Ces réactions peuvent durer quelques instants, ou se prolonger pendant des mois, voire des années. Il n'est pas rare que les victimes « retombent en enfance » et même qu'elles aient besoin que l'on prenne soin d'elles pendant quelque temps. Aussi, il arrive couramment que les victimes aient l'impression d'avoir été comme dans un rêve lorsque le crime est survenu.

Une fois que le choc initial du crime s'est dissipé, les victimes peuvent ressentir d'autres émotions, comme la colère, la peur, la frustration, la confusion, la culpabilité, la honte et le chagrin.

Colère ou rage – Les victimes peuvent être fâchées contre Dieu, le délinquant, les fournisseurs de services, les membres de leur famille, leurs amis, le système de justice pénale ou même contre elles-mêmes. De nombreuses victimes éprouvent le désir ferme de se venger. Elles peuvent même ressentir de la haine. Souvent, le reste de la société désapprouve ces émotions intenses, ce qui peut amener la victime à se sentir comme un paria. Les

victimes ont toutes les raisons de ressentir de la colère contre la ou les personnes qui leur ont causé du tort.

Peur ou terreur – Il est courant que les victimes éprouvent de la terreur ou de la peur à la suite d'un crime ayant menacé leur sécurité ou leur vie, ou celle d'un être qui leur est cher. La peur peut causer une crise de panique chez une personne si jamais on lui remémore ce qui s'est produit. La peur peut subsister très longtemps après la perpétration d'un crime et, dans certaines circonstances, ses effets peuvent devenir débilissants. La peur ou la terreur qui devient accablante est malsaine, et les victimes devraient consulter leur médecin de famille à ce sujet dès que possible.

Frustration – De nombreuses victimes sont frustrées par les sentiments d'impuissance qui se manifestent lorsque le crime se produit, à plus forte raison si elles n'ont pas été capables de repousser un délinquant, d'appeler à l'aide ou de s'enfuir. Après coup, les victimes peuvent continuer de ressentir de la frustration si elles ne sont pas capables d'obtenir le soutien et l'information dont elles ont besoin pour guérir.

Confusion – Les victimes peuvent devenir confuses si elles ne sont pas certaines de ce qui est vraiment arrivé; souvent, les crimes se déroulent rapidement et dans le chaos. Elles peuvent aussi tomber dans la confusion lorsqu'elles cherchent réponse à des questions comme « pourquoi est-ce arrivé à moi? ». Il peut être impossible de déterminer la raison pour laquelle une personne a voulu leur faire du mal.

Culpabilisation – Il est courant de s'en vouloir. Bon nombre de victimes croient qu'elles se trouvaient « au mauvais endroit au mauvais moment ». Si la victime n'a pas quelqu'un à qui faire porter le blâme, souvent, elle s'en prendra à elle-même. Le sentiment de culpabilité est courant aussi lorsqu'aucun délinquant n'est retrouvé. Plus tard, en songeant à ce qui s'est produit, les victimes pourraient se sentir coupables de ne pas en avoir fait davantage pour prévenir la situation. Enfin, certaines victimes éprouveront la « culpabilité du survivant » – le fait de se sentir coupable d'avoir survécu alors qu'une autre personne a été blessée ou même tuée. Si un être cher est assassiné, les survivants (membres de la famille et amis) peuvent même tenir la victime pour responsable. Trop souvent, la société blâme les victimes également.

Honte et humiliation – Malheureusement, certaines victimes se culpabilisent, surtout les victimes d'agression ou d'abus sexuels ou de violence familiale. Les auteurs de crimes à caractère sexuel vont souvent dégrader leur victime en lui faisant faire des choses humiliantes. Les victimes de viol, par exemple, éprouvent pendant longtemps le sentiment d'« être sales », et ces sentiments ne peuvent « partir au lavage ». Certaines victimes en viennent même à se détester, car elles croient que les gens qui sont près d'elles ne peuvent plus les aimer.

Chagrin – La tristesse intense constitue souvent la réaction à long terme la plus forte à la suite d'un crime. Il arrive couramment que les victimes tombent en dépression après coup.

Les répercussions physiques de la victimisation

Au moment du crime, ou de constater qu'un crime a eu lieu, diverses réactions physiques risquent de se produire chez les victimes. Voici des exemples de réactions : décharge d'adrénaline dans le corps, augmentation de la fréquence cardiaque, hyperventilation, tremblement, pleurs, engourdissement, sensation d'être gelé ou de vivre les événements au ralenti, sécheresse de la bouche, intensification de certains sens, comme l'odorat, et réaction de lutte ou de fuite. Il est courant aussi que les personnes évacuent leurs selles. Certaines de ces réactions peuvent survenir immédiatement et d'autres, une fois le danger écarté. Les réactions sont parfois si fortes qu'elles peuvent se reproduire longtemps après le crime, par exemple lorsque la victime se remémore les événements.

On peut classer les blessures physiques qui découlent d'un crime dans trois catégories : mineures (bosses, égratignures), modérées (contusions, fractures) et graves (coups de couteau, blessures par balle). Certaines blessures seront visibles, mais d'autres non. Il se peut que l'on ne voit pas toutes les blessures physiques, par exemple les blessures aux organes internes ou au cerveau, ou celles causées par une agression sexuelle. Par ailleurs, les blessures résultant de la victimisation ne sont pas toujours directement visibles. Ce constat est particulièrement vrai dans les cas de violence familiale où les blessures sont causées à des parties du corps qui sont habituellement couvertes par des vêtements. Il est important de ne pas présumer qu'une victime n'est pas blessée simplement parce qu'elle ne présente pas de signes apparents.

Après le crime, les victimes peuvent ressentir un éventail d'effets physiques : insomnie, trouble de l'appétit, léthargie, maux de tête, tension musculaire, nausée et diminution de la libido. Il arrive couramment que ces réactions persistent pendant un certain temps après que le crime a été commis.

Certaines victimes peuvent ressentir des effets secondaires à long terme par suite du crime perpétré contre elles. D'autres peuvent éprouver des problèmes de santé permanents, comme des maux de tête ou d'estomac ou encore des débordements émotifs. Même une fois que les blessures physiques ont guéri, certaines victimes peuvent ressentir de la douleur ou de l'inconfort pendant un certain temps ou même pour le restant de leur vie.

Dans des cas extrêmes, les victimes peuvent se retrouver défigurées ou invalides à jamais à la suite d'un crime. Des recherches démontrent que, en pareils cas, il y a un effet néfaste sur le rétablissement psychologique à long terme de la victime puisque les cicatrices ou l'invalidité lui rappellent constamment ce qui s'est produit. La culture, le sexe et l'emploi d'une victime peuvent aussi influencer sur sa réaction à une invalidité ou à des cicatrices permanentes. Aussi, il peut être difficile pour la victime d'accepter la réaction d'autrui à ses blessures physiques ou de se faire à cette réaction.

Certaines victimes ne seront peut-être jamais capables de retourner au travail à la suite d'un crime. Les victimes dont c'est le cas ou qui n'arrivent pas à mener une vie « normale » après coup se font constamment rappeler la douleur et la souffrance qu'une autre personne leur a

fait subir. Cela peut causer une grande angoisse, sans compter un isolement social et une dépendance à l'égard des prestations d'assistance sociale ou des indemnités pour victimes de crimes.

Les victimes qui ont subi des blessures physiques à la suite d'une agression ou de la négligence d'autrui peuvent éprouver de profonds sentiments de peur, de colère ou d'amertume. Ce type de victimisation constitue une expérience bouleversante pouvant amener des victimes à remettre en question leur sécurité personnelle pendant de nombreuses années.

Les répercussions financières de la victimisation

Les victimes qui se font voler de l'argent ou dont les biens sont volés ou endommagés sont lésées financièrement. Dans bien des cas, l'argent ou les objets de valeur volés ne sont jamais récupérés. Naturellement, cette situation est très pénible pour les victimes qui peuvent ressentir de la culpabilité, de la colère et de la frustration si elles n'arrivent pas à récupérer un objet de famille.

Bien que les répercussions financières d'un crime soient moins attestées que les répercussions physiques, affectives ou sociales, les victimes peuvent certainement devoir engager des dépenses pour ce qui suit :

- réparation de la demeure ou remplacement de biens;
- augmentation des primes d'assurance à la suite d'un crime;
- installation de dispositifs de sécurité;
- accès à des services de santé;
- frais médicaux;
- participation au système de justice pénale (se rendre au tribunal, faire garder les enfants, assister au procès, etc.);
- obtention de services de counselling professionnels pour accepter les répercussions affectives;
- prise de congés du travail ou d'autres activités rémunérées;
- frais liés à des funérailles ou à un enterrement.

Dans certains cas, comme le harcèlement criminel, les victimes peuvent ressentir le besoin de déménager, chose susceptible d'entraîner des dépenses. Aussi, la valeur d'une propriété peut diminuer si cette dernière a été le théâtre d'un crime violent.

À long terme, un crime peut avoir une incidence négative sur l'emploi de la victime. Il pourrait être impossible pour elle de retourner au travail ou bien son rendement pourrait diminuer, entraînant ainsi une rétrogradation, une perte de salaire et même un éventuel renvoi. La chose est d'autant plus probable lorsque le crime s'est produit au travail, car la victime pourrait avoir du mal à éviter les personnes ou les situations qui ont mené à la victimisation initiale.

Les relations matrimoniales et autres se ressentiront probablement du crime, ce qui peut avoir une grande incidence sur la situation financière de la famille.

Les recherches montrent que les ondes de choc de la victimisation touchent non seulement la victime, mais aussi sa famille immédiate et son plus proche parent, ses voisins et ses connaissances. Il en va de même pour les répercussions affectives et financières, et les effets peuvent durer des années, sinon toute une vie. Dans le cas de la violence faite aux enfants, de l'exposition à la violence et de l'abus de pouvoir, les effets peuvent se ressentir d'une génération à l'autre. Certes, il faut s'attendre à ces effets lorsqu'il est question de meurtre, de torture ou de viol, mais les agressions, les vols qualifiés et les cambriolages peuvent également faire naître des sentiments d'impuissance, d'insécurité, de colère et de peur qui persistent. Les collectivités et les organisations peuvent aussi être victimisées, ce qui mène à leur dégradation au fil du temps.

Les effets de la victimisation touchent fortement les pauvres, les jeunes, les démunis, les personnes handicapées et celles qui sont isolées socialement. Les recherches montrent que les personnes touchées dans le passé sont particulièrement susceptibles d'être de nouveau victimes du même type de crime ou d'autres formes de crime. On constate que, dans de nombreux pays, les victimes de crime à répétition habitent dans des collectivités où le taux de criminalité est élevé.

Les répercussions psychologiques de la victimisation

Il est presque impossible de prédire la réaction d'une personne face à un crime. Les blessures psychologiques causées par un crime sont souvent les plus difficiles avec lesquelles composer, et leurs effets se font sentir à long terme. Étant donné qu'un crime constitue habituellement une expérience plus pénible qu'un accident ou un malheur, il est difficile d'accepter le fait qu'une perte ou un tort soit le résultat d'un acte posé délibérément par un autre être humain.

On peut diviser en quatre phases les réactions courantes face à un crime :

Le choc, la peur, la colère, l'impuissance, l'incrédulité et le sentiment de culpabilité peuvent faire partie de la réaction initiale. Comme on l'a déjà mentionné, certaines de ces réactions peuvent se reproduire ultérieurement, par exemple au cours d'un procès ou lors d'une visite à l'hôpital pour recevoir un traitement.

Une période de désorganisation peut s'ensuivre. Cette deuxième phase peut se manifester par divers effets psychologiques : pensées pénibles au sujet de l'événement, cauchemars, dépression, sentiment de culpabilité, peur et perte de confiance et d'estime de soi. La vie semble ralentir et devenir vide de sens. Les croyances et la foi que l'on avait auparavant peuvent ne plus apporter de réconfort. Voici quelques réactions comportementales possibles : consommation abusive accrue d'alcool ou de drogues, fragmentation des relations sociales, évitement des personnes et des situations associées au crime et retrait social.

La troisième phase, à savoir la reconstruction et l'acceptation, conduit à la quatrième phase, celle de la normalisation ou de l'ajustement. Souvent, les victimes tentent d'accepter ce qui s'est produit en souhaitant que tout soit comme avant et revenir en arrière. À cette étape cruciale du rétablissement, elles commencent à accepter pleinement la réalité. Les victimes peuvent tenter de réinterpréter leur expérience et peut-être de trouver une explication pour ce qui s'est passé ou encore décider que ce crime leur a permis de grandir.

Les limites entre ces différentes phases ne sont pas aussi claires et nettes que ce que l'on décrit ici; il se peut que les victimes ne franchissent pas les étapes en douceur, mais plutôt qu'elles errent de l'une à l'autre.

L'ampleur des effets que les personnes (victimes, témoins, membres de la famille, membres de la collectivité) sont susceptibles de ressentir à la suite d'un crime varie considérablement; d'une part, les gens peuvent faire fi de crimes très graves sans que cela produise d'effets notables, mais d'autre part, les gens peuvent être « bloqués » à une certaine étape et ne jamais la franchir.

Stress

Lorsqu'une personne subit un stress considérable, comme c'est le cas de nombreuses victimes, elle peut avoir plus de mal que d'habitude à penser clairement, à maîtriser ses émotions, à garder la santé sur le plan physique ou à se comporter convenablement en société. Le traumatisme occasionné lorsque l'on est victime d'un crime peut assurément restreindre la capacité de fonctionnement d'une personne.

Le fait de devenir une victime constitue une grande source de stress dans la vie d'une personne. Une victime peut continuellement se sentir mal à l'aise ou en état de crise. Il peut être difficile de rétablir un certain équilibre dans sa vie. Leur perspective de la vie ayant changé considérablement en raison de ce qui s'est produit, certaines victimes n'arrivent jamais à atteindre ce sentiment d'équilibre. Elles peuvent éprouver de la difficulté à faire confiance à autrui ou à prendre part aux activités qui leur plaisaient auparavant, et craindre des endroits ou des étrangers.

Blessures sociales et victimisation secondaire

Les blessures sociales sont celles susceptibles d'être causées par la société dans la foulée d'une crise. C'est le cas, par exemple, d'une victime qui se fait traiter sans aucun tact ou qui ne reçoit pas les services ou les renseignements dont elle a besoin. N'importe qui peut causer une blessure sociale : un membre de la famille, un ami, un agent de la paix, un procureur de la Couronne, un membre du clergé, un conseiller en intervention d'urgence ou un travailleur des services d'aide aux victimes.

La victimisation secondaire n'est pas une conséquence directe du crime; elle découle plutôt de la réaction des gens et des institutions face à la victime. Voici quelques exemples de victimisation secondaire :

- le refus d'autrui de reconnaître la situation de victimisation criminelle;
- la conduite importune ou inappropriée d'un policier ou d'un autre agent de la justice pénale;
- tout le processus de l'enquête criminelle et du procès (décision d'intenter ou non une action en justice, le procès même, la détermination de la peine du délinquant et son éventuelle mise en liberté);
- la victime a du mal à mettre en balance ses droits et ceux de l'accusé ou du délinquant;

- les processus et la procédure de la justice pénale ne tiennent pas compte du point de vue de la victime;
- en raison de ses politiques et procédures, l'hôpital peut refuser l'accès aux membres de la famille de la victime;
- le rythme effréné des activités dans une salle d'urgence peut se répercuter sur le respect de la vie privée d'une victime d'agression sexuelle ou son sentiment de dignité;
- le personnel des écoles peut faire abstraction des abus dénoncés par les enfants;
- les médecins peuvent ne pas reconnaître l'existence de signes de violence conjugale;
- les chefs spirituels peuvent tenter de mettre les victimes sur la voie du pardon ou de l'accommodation avant qu'elles ne soient prêtes ou contre leur gré;
- les médias agissent de façon importune ou inappropriée (par leurs enquêtes, ce qu'ils filment ou photographient, leurs reportages).

Même les organismes mis sur pied pour venir en aide aux victimes de crimes, comme les services aux victimes, les régimes d'indemnisation, les services aux réfugiés et les établissements de santé mentale, peuvent appliquer des politiques et des procédures qui entraînent une victimisation secondaire.

L'attitude des gens joue aussi un rôle important. Certaines personnes avec qui la victime a des contacts (p. ex. membres de la famille, amis et collègues) pourraient vouloir se distancier de la situation pénible liée au crime en rendant la victime responsable de ce qui s'est produit. Elles peuvent penser que le comportement de la victime a contribué à la victimisation ou même qu'elle en est la cause. Elles peuvent aussi nier les répercussions du crime sur la victime en l'incitant à oublier les événements et à « continuer à vivre leur vie ». Les familles peuvent exercer une influence particulièrement grande à cet égard.

Les victimes d'abus de pouvoir ont bien du mal à faire reconnaître le fait qu'elles ont été victimisées. L'abus de pouvoir est de nature telle qu'il est commis par ceux qui sont censés protéger la population. Le choc et la solitude de la victimisation peuvent être bien plus grands pour ces victimes.

Après la victimisation

Que se passe-t-il si des accusations ne sont pas portées?

Le processus de justice pénale est enclenché lorsqu'une infraction est signalée, mais le suspect ne sera pas nécessairement accusé d'une infraction criminelle. La police peut interroger un suspect, mais cela ne veut pas dire que des accusations formelles seront portées contre lui. Si la police et le procureur de la Couronne ne croient pas disposer de preuves suffisantes pour que l'accusé soit déclaré coupable hors de tout doute raisonnable devant un tribunal, il se peut qu'ils ne déposent pas une dénonciation (porter des accusations). Si des accusations ne sont pas portées dans votre cas, cela ne signifie pas que la police et le procureur de la Couronne ne vous croient pas ou qu'un crime n'a pas été commis. Cela peut vouloir dire qu'il n'y a pas assez d'éléments pour prouver les accusations portées.

Naturellement, les victimes deviennent très frustrées contre le système de justice pénale lorsque des accusations ne sont pas portées contre la personne qui a causé du tort à leur famille ou à elles. Une victime peut interpréter la réponse du système comme une déception

et devenir amère, fâchée et désillusionnée par rapport à tout le processus de justice pénale. Cette réponse est inattendue, car les gens croient qu'il existe des institutions sociales pour les protéger et répondre à leurs besoins, s'il y a lieu. Souvent, on a le sentiment qu'une personne « s'en est bien tiré » et que « justice n'a pas été rendue ».

Dans certains cas, il y a négociation de plaidoyers lorsque la Couronne et la défense concluent une entente selon laquelle l'accusé plaide coupable. Habituellement, le plaidoyer de culpabilité vient en échange d'un avantage, comme la réduction des accusations ou la détermination concertée de la peine. La négociation de plaidoyers est courante lorsque le dossier de la Couronne ou de la défense est faible. Ce processus sert à économiser temps et argent, car, sans celui-ci, l'appareil judiciaire n'arriverait pas à traiter le grand nombre d'affaires qui lui sont présentées. Malheureusement, certaines victimes estiment que ce processus amoindrit la gravité du crime et du tort qui leur a été causé.

De quoi les victimes ont-elles besoin à la suite d'un crime?

Les victimes ont besoin de divers services et de compréhension à la suite d'un crime.

- Les victimes ont besoin de se sentir en sécurité, car après ce qu'elles ont vécu, elles ont souvent le sentiment d'être sans défense, vulnérables et effrayées.
- Outre la peur, il arrive souvent que les victimes ressentent un sentiment de culpabilité, de colère, de honte, de tristesse ou de déni. Leur réaction la plus fréquente est : « Je n'arrive pas à croire que ce soit arrivé à moi. » Leur détresse affective peut se manifester de manières étranges en apparence, par exemple par le rire. Parfois, des victimes éprouvent de la rage lorsque leur sécurité ou leur vie est menacée de façon subite, imprévisible ou incontrôlable. Cette rage peut même être dirigée vers les personnes qui tentent de les aider.
- Les victimes devraient être capables d'exprimer leurs émotions. Souvent, elles ont besoin de donner cours à leurs émotions et de raconter leur histoire après avoir été traumatisées par le crime. Elles peuvent également avoir besoin qu'une oreille objective accepte leurs sentiments et écoute leur histoire.
- Les victimes voudront peut-être savoir « ce qui va se passer ensuite ». À la suite de la victimisation, elles s'inquiéteront souvent de leur rôle dans l'enquête sur le crime et dans le procès. Elles risquent aussi de s'inquiéter de questions telles que l'attention des médias, le paiement des soins de santé ou la réparation des dommages matériels. La victimisation engendre du stress, et en faisant savoir à la victime ce à quoi elle peut s'attendre après un crime, on peut l'aider à réduire son angoisse.

Quels services sont offerts aux victimes de crimes?

Les services d'aide aux victimes de crime sont des programmes qui ont été mis sur pied pour aider les victimes par le truchement du système de justice pénale. Essentiellement, on dénombre quatre types de programmes au Canada qui offrent des services aux victimes.

Services d'aide aux victimes offerts par la police

Plusieurs collectivités ont mis sur pied des services ou programmes d'aide aux victimes offerts par la police. Habituellement, du personnel formé dispense ces services, et les programmes sont affiliés au service de police local. Ces services confidentiels assurent une intervention immédiate en cas de crise aux victimes et à leur famille pendant une période

donnée à la suite d'un crime. De plus, les services offerts par la police offrent également un soutien affectif, une aide concrète, des renseignements généraux sur le système de justice pénale et des services d'aiguillage. Ces services se limitent souvent à une certaine période à la suite du crime (p. ex. deux semaines).

Services de la Couronne et des tribunaux

La plupart des collectivités où l'on trouve des tribunaux offrent des services judiciaires, comme les programmes d'aide aux victimes ou aux témoins. Ces programmes sont conçus pour aider les victimes et les témoins à mieux comprendre le système de justice pénale et à y participer. On peut y obtenir, entre autres, de l'orientation sur les tribunaux, de l'information concernant le système de justice pénale, des renseignements précis sur son propre cas, p. ex. la mise en liberté sous caution et les conditions de probation, un accompagnement au tribunal et des services d'aiguillage vers des organismes communautaires en vue de recevoir des conseils et d'autres services de soutien.

Les services communautaires comprennent les centres d'aide aux victimes d'agression sexuelle, les centres de crise, les groupes de défense des droits des victimes et les maisons d'hébergement.

Le quatrième type de programme met à profit une approche systémique et offre tout un éventail de services à partir d'un seul endroit.

La plupart des provinces ont recours aux programmes de la police, judiciaires ou communautaires (ou à une combinaison de ceux-ci) pour dispenser leurs services. Quelques-unes des provinces plus petites emploient l'approche systémique.

Se remettre de la victimisation

Il peut être complexe de remettre de l'ordre dans sa vie à la suite d'un crime. Il s'agit souvent d'un processus de grande émotion, rempli de hauts et de bas. À terme, la plupart des victimes peuvent atteindre un nouveau sentiment d'équilibre, mais ce processus peut être difficile et prendre beaucoup de temps. Certaines victimes peuvent avoir besoin de groupes de soutien ou de counselling.

Le processus de guérison est souvent lent et peut être complexe en raison de la famille, des amis et des fournisseurs de services qui peuvent se montrer incompréhensifs. Le fait de demander à la victime pourquoi elle ne s'est pas encore remise ou quand elle tirera un trait sur le passé et poursuivra le reste de sa vie, voilà des exemples de questions indéliques que les victimes entendent souvent à la suite d'un crime.

Il se peut que le processus de rétablissement soit marqué par les réactions de crise suivantes à long terme :

- Problèmes de santé liés au stress de la victimisation (maux de tête, hypertension artérielle, etc.);
- Problèmes d'alimentation (absence d'appétit, excès alimentaires, nausées);
- Problèmes de sommeil (insomnie, cauchemars);

- Problèmes de relations (mauvaise humeur et irritabilité, incapacité de faire confiance à autrui).

Ces réactions peuvent durer pendant des années à la suite d'un crime. Ce sont toutes des réponses normales pour les personnes qui ont survécu à un événement traumatisant.

Les souvenirs d'un crime peuvent déclencher des réactions de crise à long terme. Lorsque les souvenirs sont ravivés, la situation peut être aussi douloureuse que le crime original, et du même coup, elle peut dérouter les victimes. Les événements déclencheurs varient selon la victime. En voici quelques exemples :

- Revoir le délinquant;
- Ressentir (voir, entendre, sentir, toucher, goûter) quelque chose de semblable à ce que la victime a ressenti durant le crime;
- Couverture du crime ou de crimes similaires dans les médias;
- Date anniversaire du crime;
- Jours fériés ou événements importants de l'existence;
- Franchir les étapes du processus de justice pénale;
- Franchir les étapes de la procédure au civil.

Habituellement, l'intensité et la fréquence de ces réactions de crise diminuent au fil du temps. La patience et le temps occupent une place importante dans le processus de guérison. L'état cognitif d'une victime et le soutien familial et social dont elle dispose peuvent aussi influencer grandement sur son rétablissement.

Œuvrer pour un changement positif

De nombreuses victimes ont choisi de se faire entendre et d'aider d'autres personnes qui pourraient devenir victimes de crimes en préconisant des modifications législatives, en participant à des groupes de soutien à titre de conseiller ou de conteur ou en œuvrant dans le secteur des services d'aide aux victimes. Ainsi, elles ont le sentiment d'apporter une contribution utile à la société après leur victimisation. Les effets destructeurs et indésirables de la victimisation ont amené bon nombre de victimes à redoubler d'effort pour rendre nos collectivités encore plus sécuritaires.

Conclusion

Il est important de se rappeler que les victimes ne choisissent pas d'être victimisées. Les victimes d'agression sexuelle ne choisissent pas de se faire violer, les parents n'élèvent pas leurs enfants en vue d'en faire des meurtriers et les femmes ne se marient pas pour se faire maltraiter.

Devenir victime d'un crime est, au mieux, une expérience désagréable et indésirable. La victimisation criminelle a de graves répercussions, car elle jette les victimes dans un état de choc, de peur, d'anxiété et de colère. Les ramifications affectives, physiques, psychologiques et financières du crime peuvent être dévastatrices pour les victimes. L'adaptation à la victimisation et le rétablissement sont des processus complexes. Avec le temps et du soutien, la plupart des victimes de crimes peuvent se sentir mieux à la suite de la victimisation, même si leur existence ne sera jamais plus la même.

Références

Les droits des victimes – Participer sans entraver, Rapport du Comité permanent de la justice et des droits de la personne, octobre 1998.

Handbook on Justice for Victims, Bureau du contrôle des drogues et de la prévention du crime des Nations Unies, 2000.

Psychological Trauma of Crime Victimization, National Organization for Victim Assistance, 2001.

From Pain to Power: Crime Victims Take Action, Département de la Justice des États-Unis – Office for Victims of Crime, septembre 1998.

The Trauma of Victimization, National Organization for Victim Assistance, 2001.