

Évaluation de mes comportements violents

Prenez quelques minutes pour répondre aux questions qui suivent afin d'évaluer la présence de violence dans vos comportements. Ce sera peut-être les meilleures minutes investies de votre vie...

Violence verbale et psychologique :

	Oui	Non
Je lui fais parfois des menaces en utilisant les enfants.	◇	◇
Il m'arrive d'insister pour ne pas qu'elle voit certaines personnes.	◇	◇
Elle me dit que je lui donne parfois des ordres.	◇	◇
Il m'arrive d'utiliser ses points faibles pour lui faire mal.	◇	◇
Parfois je boude ou je ne lui parle pas pour avoir ce que je veux.	◇	◇
De temps à autre, je ne fais pas l'amour pour avoir ce que je veux.	◇	◇
Des fois, lorsque je suis en colère, je l'insulte de tous les noms.	◇	◇
J'ai tendance à penser que l'autre est responsable de mes problèmes.	◇	◇
Je l'accuse parfois de me provoquer.	◇	◇
Il m'arrive d'essayer de me faire pardonner mes colères en attirant sa pitié.	◇	◇
J'ai tendance à tout diriger dans la maison.	◇	◇
On m'a déjà dit que je suis jaloux et possessif en amour.	◇	◇
J'ai déjà brisé des objets devant l'autre.	◇	◇
J'ai déjà frappé sur les murs ou sur les meubles en sa présence.	◇	◇
Je suis parfois méfiant et je surveille ses allées et venues.	◇	◇
J'ai tendance à vérifier ce que l'autre me dit.	◇	◇

Violence physique:

	Oui	Non
J'ai déjà frappé mon enfant.	◇	◇
J'ai déjà poussé l'autre.	◇	◇
Je l'ai déjà retenue contre le mur.	◇	◇
Je lui ai déjà lancé des objets.	◇	◇
J'ai déjà contraint l'autre à demeurer à la maison.	◇	◇

Violence sexuelle:

	Oui	Non
J'ai tendance à vouloir me venger lorsque l'autre refuse d'avoir des relations sexuelles.	◇	◇
Parfois j'harcèle ou j'insiste fortement auprès de l'autre afin d'avoir des relations sexuelles.	◇	◇

Violence économique:

	Oui	Non
J'ai tendance à vouloir contrôler toutes les dépenses.	◇	◇
Je lui interdis parfois de faire certaines dépenses personnelles.	◇	◇
Il arrive que je lui cache des informations sur le budget familial.	◇	◇

Je minimise, parfois, sa contribution financière à la vie familiale en lui disant que son salaire est faible et peu important.



Si vous avez répondu oui à seulement quelques énoncés de ce questionnaire, vous auriez intérêt à communiquer avec l'un de nos intervenants afin de vérifier les impacts négatifs que peuvent avoir ces comportements dans votre vie et auprès de vos proches. Après tout, vous n'avez rien à perdre...