



que peuvent faire les hommes pour développer des relations saines avec les femmes ?



**FICHE D'ACTION:
10 ETAPES**

Les hommes peuvent aimer passionnément, respectueusement et en faisant preuve de sensibilité. Réfléchissez aux 10 déclarations suivantes : est-ce que vous les prenez en compte lorsque vous êtes dans une relation avec une femme ? Toutes les déclarations comprennent des étapes que vous pouvez suivre pour développer une relation saine et équilibrée avec votre partenaire. Pensez aussi à la manière d'aider les autres hommes à faire de même.



Renseignez-vous sur le problème

La violence à l'encontre des femmes inclut les violences physiques et sexuelles, le harcèlement sexuel, l'abus psychologique ou l'abus émotionnel. Toutes les violences ne laissent pas de cicatrices visibles. Renseignez-vous sur la violence en demandant à une femme en qui vous avez confiance comment la violence a affecté sa vie. Et si elle se sent suffisamment à l'aise pour en parler, asseyez-vous et écoutez. Votre rôle n'est pas de la pousser à donner des détails, ni à débattre pour savoir si elle devrait vraiment prendre certaines questions à cœur ou non. Votre rôle consiste à écouter. Adressez-vous à des organisations de femmes. Elles disposent d'une grande expérience et sont une source de connaissances importante. Parlez-leur. Laissez-les vous apprendre ce que vous avez besoin de savoir. Apportez un soutien financier à ces organisations.



Ayez le courage de procéder à une introspection

Quelle sorte de relation souhaitez-vous ? Qu'est-ce qui peut vous rendre, vous et votre partenaire, heureux sur le long terme ? Comment allez-vous, ensemble, faire de ce souhait une réalité ? Réfléchissez à ce que vous avez besoin de changer dans vos propres attitudes pour vivre une relation saine, et pensez à vos amis et aux membres de votre famille qui pourraient vous aider à atteindre cet objectif.



Discutez ouvertement et honnêtement avec votre partenaire

Discutez avec votre partenaire de votre relation. Savez-vous ce que votre partenaire ressent et ce qu'elle souhaite ? Discutez de ce que chacun d'entre vous apprécie et désire, et de ce que chacun d'entre vous n'apprécie pas, ni ne désire. Une communication ouverte vous aidera à savoir ce que vous souhaitez chacun sur le plan sexuel et émotionnel.





Comprenez que « non, c'est non »

Votre partenaire et vous avez le droit de choisir si vous souhaitez avoir une relation sexuelle ou non. Si elle dit « non », c'est qu'elle ne veut pas. Respectez ses souhaits – qu'importe que vous ayez bu ou eu une relation sexuelle avant. Souvenez-vous qu'un silence ne veut pas dire « oui » - quelles que soient les circonstances. Montrez-lui que vous acceptez et soutenez sa décision. Elle vous fera confiance et vous respectera pour cela.



Protégez-vous et votre partenaire contre le VIH

Dans toute relation, discutez du VIH et du Sida avec votre partenaire, faites un test ensemble et mettez-vous d'accord sur l'utilisation de préservatifs. Si vous avez décidé d'être fidèles, tenez votre promesse. Protégez-vous contre le VIH.



Exigez la justice et le respect de la loi

La Constitution sud-africaine et les lois qui existent sur la violence domestique et sexuelle sont très claires sur le fait que le gouvernement a le devoir de garantir la sécurité pour tous – et d'arrêter, de poursuivre et d'emprisonner les auteurs de violence domestique et sexuelle. A ce jour, la police et le système de justice criminelle manquent régulièrement à leurs devoirs vis-à-vis des victimes de violence. Agissez pour exiger que le gouvernement remplisse ses obligations constitutionnelles de sûreté et de sécurité. Accompagnez les survivantes au tribunal et aidez-les à faire respecter leurs droits. Assistez, et lorsque cela est nécessaire, faites pression sur la police et les tribunaux. Exigez un vote rapide du projet de loi sur les infractions sexuelles ; il est bloqué au Parlement depuis près d'une décennie.



Soyez actifs au sein de votre communauté

Impliquez-vous directement dans les organisations locales qui travaillent à faire cesser les violences envers les femmes. Renseignez-vous sur ce qui se passe au sein de votre communauté. Il existe beaucoup d'organisations qui travaillent avec des hommes dans le pays. Trouvez-en une, joignez-la et mettez vos talents à profit. Participez à l'écriture d'articles de journaux ou de communiqués de presse, participez aux manifestations en faveur de l'égalité des sexes et aux manifestations « contre la violence envers les femmes ». Aidez à trouver des financements pour les refuges de femmes et pour les organisations de défense des droits des femmes.



Assumez vos principes

Ne laissez pas vos amis faire pression sur vous pour agir de manière irrespectueuse envers les femmes tout en sachant qu'il s'agit de quelque chose de mal. Trouvez le courage d'assumer vos principes. Si vos amis agissent de manière dégradante envers les femmes ou contribuant à la violence domestique et sexuelle, amenez-les à réfléchir à ce qu'ils disent ou font. Ne les laissez pas utiliser des justifications culturelles pour trouver une excuse à un comportement violent ou abusif. Rappelez-leur que la culture est mouvante

et change tout le temps. Promouvez l'idée qu'une société avec une plus grande égalité des sexes et des rôles moins rigides pour les hommes présentera aussi des avantages pour eux, et aidez-les à évoluer vers la manière dont vous pensez et agissez.



Rompez le cycle de la violence

Si vous êtes témoins de violence au sein de votre famille, vous savez à quel point cela peut être terrifiant et destructif. Agissez pour y mettre un terme. Si vous suspectez un frère, un ami, un collègue, un camarade de classe ou un équipier d'abuser des femmes, ne vous détournez pas et ne restez pas silencieux. Dites-lui que la situation vous préoccupe. Rappelez-lui les dégâts que ses violences font sur sa partenaire, ses enfants et sa relation. Dites-lui que la violence domestique est interdite par la loi. Encouragez-le à recourir à une aide professionnelle et suivez-le fréquemment pour vous assurer que la violence a cessé.



Soyez un modèle pour les jeunes garçons et les autres hommes

Les hommes qui adoptent une attitude positive peuvent constituer des modèles importants pour les garçons et les autres hommes dans leur communauté. Les garçons observent la manière dont vous et les autres hommes vous comportez avec les femmes pour déterminer comment ils devraient se comporter avec les filles et les femmes. Il faut donc enseigner rapidement aux garçons qu'il ne y a de place pour la violence dans une relation, et le répéter souvent.

Pour plus d'informations sur les services d'aide, consultez le directoire des prestataires de services de la boîte à Outils de One Man Can ou consultez notre site internet: www.genderjustice.org.za/onemancan

Des parties de ce texte sont tirées des travaux de Jackson Katz (www.jacksonkatz.com/topten.html) et de la White Ribbon Campaign (www.whiteribbon.com/get_involved/default.asp?load=can-do).

