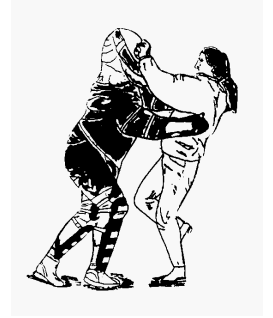


L'AGRESSION SEXUELLE

Ne soyez pas une victime!

(438) 392-4684 www.manoli.ca



Saviez-vous que....

- *Dans 70 à 80% des agressions sexuelles rapportées, l'assaillant connaissait la victime.*
- *La majorité des assaillants ont 35 ans et moins.*
- *Les femmes entre 15 et 18 ans courent plus de risques d'être agressées sexuellement.*
- *Environ 63% des cas rapportés impliquent des femmes de moins de 18 ans.*
- *De 50 à 75% des agressions sexuelles ont lieu dans la maison de la victime, de l'assaillant ou dans celle d'une troisième partie.*
- *On estime que seulement un cas sur dix est rapporté aux autorités.*
- *Environ 10% des femmes qui résistent durant l'agression ne reçoivent que des égratignures ou des contusions.*

Il n'y a pas de solution miracle au moment d'un viol. Trois facteurs décisifs sont à considérer lorsque nous sommes confrontées à une agression sexuelle :

1. L'endroit de la confrontation :

Y a-t-il des personnes autour ou êtes-vous isolées? Pouvez-vous utiliser l'environnement ou l'agresseur a-t-il totalement le contrôle? Vous devez adapter votre type de résistance à l'environnement dans lequel survient l'attaque.

2. Votre personnalité et vos expériences de vie :

Ces facteurs auront un impact sur votre façon de réagir à la confrontation. Avez-vous les habiletés pour résister? Êtes-vous davantage passive ou êtes-vous une personne indépendante et confiante en elle-même? Le succès de votre résistance dépend très fortement de votre personnalité et de votre capacité à élaborer une stratégie de défense verbale, passive et physique.

3. Le type de violeur et les motivations qui sous-tendent son attaque sexuelle?

Ce facteur, souvent méconnu, change considérablement les données du problème. À quel genre d'individu avons-nous affaire? Sommes-nous confrontées à un homme insuffisant qui fantasme sur une relation mutuelle acceptable? À un sadique sexuel qui se réjouit de la souffrance physique ou émotionnelle qu'il inflige à la victime? Ou à un offenseur qui désire vous punir ou vous dégrader?

Dans chaque cas, la motivation est différente et la réaction du violeur face à la victime s'y accorde. La conscience et la préparation mentale sont essentielles. En considérant les trois facteurs ci hauts mentionnés, vous obtiendrez de meilleurs résultats qu'en vous référant à une seule réaction arbitraire qui fonctionne peut-être, mais qui peut également inciter l'assaillant à davantage de violence.

M. Georges Manoli est policier et chef de file à Montréal dans le domaine de l'éducation en sécurité personnelle. Son approche spécialisée repose sur un entraînement pratique et réaliste avec le recours à des agressions simulées.

Il est l'auteur de trois manuels en sécurité personnelle. Il détient un Baccalauréat en éducation physique décerné par l'université McGill et a plus de 35 ans d'expérience dans l'enseignement de l'autodéfense et des arts martiaux.

Présentement, monsieur Manoli donne des cours privés et des ateliers en prévention d'agression. Il dirige aussi sa propre école de karaté et de combat au sol avec plus de 75 élèves au centre récréatif de Beaconsfield.

Lors d'une confrontation, les stratégies gagnantes

1. Avoir une attitude qui dégage un air de confiance et de vigilance.
2. Langages corporels – doit dire la même chose que le verbale.
3. Si possible : Regardez l'agresseur pour ne pas imaginer un monstre devant vous.
4. En situation de confrontation il faut utiliser moins de 5 mots et constamment les répéter
** Ne pas se faire accrocher par les paroles de l'agresseur*
5. Si possible : Criez ou dire de quoi : avant, durant et/ou après l'agression (en courant)
** Crier 'Non!', 'Au feu!' 'Police'*
6. L'interaction entre la victime et l'agresseur doit être d'une courte durée.
7. On vise les yeux, le nez et les testicules. Il n'y a pas de règle de défense. Si ça fonctionne et on se dégage de l'agresseur – formidable.
8. On varie notre cible en tapant un minimum de 2 à 3 fois avant de s'enfuir. Il ne faut pas lutter avec l'agresseur.
9. Au sol, on vise les tibias de l'agresseur debout devant nous. Si l'agresseur tombe au sol on vise la tête de l'agresseur. On se lève en regardant l'agresseur.
10. L'élément de surprise (réaction physique, verbale ou passive de la victime) est essentiel pour bien se défendre. Pendant une altercation verbale, il ne faut pas pousser l'agresseur ni le menacer physiquement. La défense doit être rapide. Elle doit prendre l'agresseur par surprise d'une façon agressive pour pouvoir prendre et maintenir l'avantage.

Georges Manoli
Courriel : gmanoli@videotron.ca
Site web: www.manoli.ca
Cellulaire: (438) 392-4683

