

LA VIOLENCE CONJUGALE

en bref...

Qui sont les victimes ?

Quelles formes prend-elle ?

Comment s'exerce-t-elle ?

Quelles en sont les conséquences sur les victimes ?

Qu'est-ce qui se passe suite à la rupture ?

Et les enfants ?

Comment s'explique-t-elle ?

Comment y mettre fin ?

Pourquoi les femmes la tolèrent ?

LA VIOLENCE CONJUGALE : Qui sont les victimes ?

Il n'y a pas de portrait type de la femme victime de violence conjugale, pas plus qu'il n'y a d'agresseur type. Peu importe la culture, l'origine ethnique, le statut social, l'âge ou le revenu, des hommes ont recours à la violence pour dominer ou contrôler leur conjointe, ex-conjointe ou « copine ». Rien ne distingue, *a priori*, ceux qui y auront recours de ceux qui l'éviteront. On retrouve ces rapports de pouvoir partout dans le monde, partout où des hommes veulent dominer leur conjointe, partout où la société les laisse faire. Ils ne sont pas le lot d'une classe défavorisée ou de certaines catégories de personnes, comme on le croit trop souvent. Ils frappent quel que soit le revenu des ménages. Ils ne sont reliés en aucune façon à l'alcool, à la drogue, aux coutumes religieuses ou culturelles, à l'âge, etc.

Par conséquent, rien ne prédestine une femme à devenir victime de violence conjugale. Le fait d'être victime est lié à des circonstances hors de son contrôle. C'est donc dire que la victime n'est pas responsable de la violence qu'elle vit. C'est clair : aucune femme ni aucune fille ne sont à l'abri de la violence conjugale.

LA VIOLENCE CONJUGALE : Quelles formes prend-elle ?

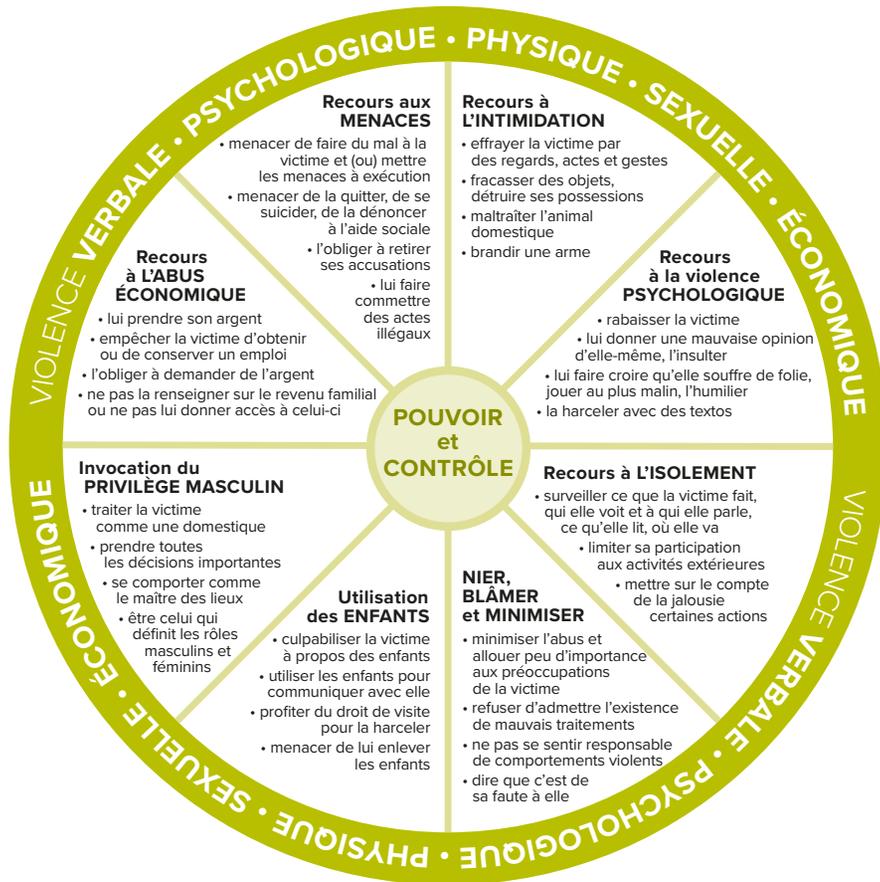
La violence conjugale ne surgit pas au hasard, entre étrangers, mais s'exerce toujours dans le cadre d'une relation intime et affective, actuelle ou passée. Elle n'est pas le fait de quelques gestes impulsifs. La violence conjugale renvoie à une foule de comportements, depuis les insultes jusqu'aux menaces et au harcèlement, les coups superficiels jusqu'aux blessures graves, en passant par l'agression sexuelle, le viol ou l'exploitation sexuelle.

La violence conjugale n'est pas nécessairement une escalade d'agressions qui commencerait par la violence verbale, se poursuivrait avec la violence psychologique pour culminer par la violence physique. On identifie souvent la violence conjugale par cette dernière forme de violence seulement. Pourtant des femmes sont assassinées par leur conjoint sans avoir vécu de violence physique. Toutes les formes de violence sont injustifiables et ont toujours pour effet de détruire la santé psychologique, émotionnelle et physique des femmes.



Il y a plusieurs expressions de la violence conjugale dont la violence verbale, psychologique, physique, sexuelle, et économique qui sont précisées dans la **Roue du Pouvoir et du contrôle**.

Ce modèle aide certaines femmes à repérer le comportement d'un conjoint violent.



Élaboré par le Domestic Abuse Intervention Project (202 East Superior St., Duluth MN 55802)

LA VIOLENCE CONJUGALE : Comment s'exerce-t-elle ?

La violence conjugale n'est pas une dynamique où les deux acteurs sont à tour de rôle agresseur et victime. C'est un enchaînement de stratégies de contrôle coercitif utilisées par les agresseurs pour isoler, dégrader, exploiter et dominer les femmes en attaquant directement leur droit à la liberté, la dignité et l'égalité. L'agresseur régule et surveille les activités quotidiennes des femmes et des enfants et ce contrôle continue de s'exercer même en son absence, installant un climat de terreur permanente dans la vie des victimes. C'est ainsi que l'agresseur maintient son emprise sur sa victime tout en s'assurant qu'elle ne le quitte pas. Voilà ce qu'on appelle **le cycle de la violence conjugale**, dont on retrouve le schéma au haut de la page suivante.

LA VIOLENCE CONJUGALE : Quelles en sont les conséquences sur les victimes ?

Au fur et à mesure des agressions, cette femme arrive à voir la violence comme normale et même justifiée. Son seuil de « tolérance » augmente, au point qu'elle ne perçoit plus les manifestations les plus quotidiennes de contrôle. Les effets de cette violence sur la femme la vident, littéralement, de son dynamisme et de son énergie vitale. Pourquoi ? Parce qu'elle se conditionne à subir constamment un climat de tension ; parce qu'elle doute de ses émotions et de sa propre compréhension de la situation ; parce qu'elle fait tout pour éviter de nouvelles agressions ; parce qu'elle est obligée de justifier ses attitudes et ses comportements. Le cycle est là pour la garder captive dans la relation et c'est pour cela qu'elle a de la difficulté à quitter... Le cycle est efficace car la victime en vient à croire que la violence est de sa faute.

La violence conjugale a des effets dévastateurs sur la santé mentale et physique des femmes qui en sont victimes. Sur le plan physique, elles ressentiront des douleurs variées, des allergies, de l'insomnie, des troubles digestifs, etc. Elles resteront parfois avec des cicatrices et des handicaps permanents. Sur le plan de la santé mentale, les conséquences se traduiront par une détresse psychologique élevée, des troubles du sommeil, des symptômes de dépression, des troubles anxieux et même des idées suicidaires ou un état de stress post-traumatique entraînant la consommation de médicaments (antidépresseurs, anxiolytiques et analgésiques).

LE CYCLE DE LA VIOLENCE CONJUGALE

1

Tension : Il exprime des excès colériques, des silences lourds, des intimidations, des regards menaçants.

Anxiété : Elle sent que ça risque d'aller mal, elle se sent inquiète, elle met beaucoup d'énergie pour baisser la tension, elle a peur, elle paralyse, elle a l'impression de marcher sur des œufs.

Réconciliation : Il fait tout pour se faire pardonner, demande de l'aide, parle de thérapie, de suicide...

4

Espoir : Elle voit ses efforts de changement, elle lui donne une chance, elle l'aide, elle retrouve celui qu'elle aime, elle change ses attitudes.



2

Aggression : Il use de violence verbale, psychologique, physique, sexuelle, économique.

Colère et honte : Elle est humiliée, elle se sent triste, elle a un sentiment d'injustice.

Justification : Il trouve des excuses, explique qu'il a agi ainsi pour des raisons qui sont extérieures à lui. La plupart du temps, il la rendra responsable de sa violence.

3

Responsabilisation : Elle va croire et comprendre ses justifications, elle espère l'aider à changer, elle s'ajuste à lui, elle doute de ses perceptions (est-ce vraiment une agression ?), elle se sent responsable et sa colère disparaît.

À travers ce portrait sombre et réaliste des conséquences de la violence conjugale sur les femmes, il est important de reconnaître la force et la résilience immense dont elles font preuve. Ce sont des résistantes, des survivantes qui vont chercher au plus profond d'elles-mêmes l'espoir et la capacité de reprendre la maîtrise de leur vie. Pour celles qui ont des enfants, la volonté de leur assurer une vie calme et harmonieuse devient une motivation supplémentaire.

LA VIOLENCE CONJUGALE : Qu'est-ce qui se passe suite à la rupture ?

La rupture est un moment dangereux pour les femmes car, malheureusement, la violence ne s'arrête pas nécessairement avec la rupture. Pour certaines femmes, elle se poursuit et, dans bien des cas, s'intensifie. L'agresseur n'accepte pas facilement qu'elle le quitte. Il sera prêt à tout pour conserver son emprise et son contrôle. Les insultes, les menaces et la surveillance deviennent parfois journalières.

LA VIOLENCE CONJUGALE : Et les enfants ?

Les enfants exposés à la violence de l'agresseur de leur mère, ou ceux qui sont eux-mêmes l'objet de sévices, d'abus, d'agressions psychologiques et verbales, sont toujours victimes de la violence qui existe dans leur noyau familial ; ils doivent vivre avec ses conséquences. Ces enfants, tout comme leur mère, sont confrontés à la détresse, à la peur, à la honte, à la colère, à l'impuissance, à l'espoir de changement. Ils sont souvent tenus de maintenir le secret sur la violence conjugale vécue dans la famille. Et comme leur mère, ils doivent composer avec les effets du cycle sur eux.

Les effets chez les enfants varient selon la durée d'exposition à la violence, l'âge, le sexe, le lien avec l'agresseur. Comme tous les autres enfants, ceux victimes de la violence conjugale ont la capacité de rebondir. S'ils sont bien accompagnés et ont accès aux ressources et aux suivis qui les aideront à comprendre leur vécu, les conséquences et les stratégies d'adaptation qu'ils ont développées dans la situation, ils pourront se reconstruire positivement. Si l'on préserve et renforce la relation mère-enfant, ils retrouveront un climat de sécurité affective bénéfique pour leurs relations futures.

LA VIOLENCE CONJUGALE : Comment s'explique-t-elle ?

La violence conjugale n'est pas un phénomène marginal, isolé du contexte social dans lequel nous vivons. Elle n'est, au fond, qu'une des multiples facettes de la violence faite aux femmes, chez nous au Québec comme dans le monde entier. En effet, un conjoint qui exerce de la violence verbale, psychologique, physique, sexuelle ou économique à l'encontre de sa compagne affirme par là son pouvoir, un pouvoir qui lui est confirmé par le meilleur traitement accordé aux hommes dans la grande majorité des sphères de la société. Un pouvoir qu'il veut conserver à tout prix et qu'il justifie de manière à le faire accepter par son entourage.

Mais que cette femme veuille modifier leurs rapports, s'affirmer davantage, occuper un emploi, faire reconnaître ses besoins, obtenir plus d'autonomie ou voir qui elle veut, et la violence jaillira. Et plus elle voudra devenir autonome, plus lui utilisera de nouvelles stratégies pour garder le contrôle. C'est ce refus de reconnaître la femme comme un être libre, autonome et égal à lui qui est aussi au cœur de la violence postséparation. L'incapacité de reconnaître à une femme le droit de le quitter, de vivre sans lui pousse certains hommes violents à des degrés de dangerosité très grands, allant jusqu'à l'homicide.

Cet homme, pourtant, n'est ni un malade ni un monstre. S'il contrôle sa conjointe, c'est qu'il en a le privilège et les moyens, des moyens qu'il a expérimentés sans en avoir subi de conséquences.

LA VIOLENCE CONJUGALE : Pourquoi les femmes la tolèrent ?

Dès le plus jeune âge, les femmes sont socialisées à être centrées sur les autres et non sur elles-mêmes et leurs propres besoins. Elles sont conditionnées à plaire, à se préoccuper des autres et à prendre soin de la famille. Voulant plaire à tout prix, voulant maintenir l'harmonie familiale, elles finiront par accepter des comportements intolérables dans leurs relations amoureuses.

Mais en quoi la socialisation des femmes alimentent-elles la violence conjugale? direz-vous. En ce qu'elles conduisent les femmes à être décentrées d'elles-mêmes, à douter constamment de leurs propres perceptions, de leurs capacités à se défendre, de leur propre valeur. Dans ce contexte, les agressions seront perçues comme inévitables et justifiées. L'invalidation par les hommes, les institutions publiques et les femmes elles-mêmes de la violence dont elles sont victimes entretient un système où des hommes ont la certitude d'avoir tous les droits — y compris celui de tuer — et où des femmes en viennent à prendre sur leurs épaules la responsabilité de la violence des hommes.

LA VIOLENCE CONJUGALE : Comment y mettre fin ?

Comment rompre le cercle vicieux de la violence conjugale ? « Que la femme violentée quitte son bourreau ! », diront certains. Ce saut dans le vide n'est pas si simple à faire. Et il se fait difficilement toute seule, d'où l'importance de pouvoir compter sur des ressources.

La femme piégée dans le cercle de la violence conjugale vit un profond sentiment d'impuissance. Elle aura besoin d'un sérieux coup de main pour surmonter les effets de cette situation et pour retrouver son estime d'elle-même et la confiance en sa propre perception de la réalité. Elle aura besoin de quelqu'un qui l'écouterait et la croira. Elle devra mettre sa sécurité au premier plan dans la recherche de solutions. L'aide de son entourage, de ses voisins et voisines, de sa famille et de ses ami.es sera précieuse pour fournir le soutien nécessaire à sa protection. Ce réseau premier fait partie d'un ensemble de ressources communautaires et institutionnelles qui peuvent aider les femmes à sortir du piège de la violence conjugale. Les maisons d'aide et d'hébergement sont un maillon essentiel pour assurer leur besoin de sécurité et celui des enfants et pour les accompagner dans leurs démarches de reprise de pouvoir sur leur vie. La société toute entière et au premier chef les instances gouvernementales et judiciaires doivent aussi agir pour prévenir, dépister et contrer la violence conjugale.