Violence conjugale: en parler

Sortir de la violence dans le couple est un processus qui s'inscrit dans la durée. Admettre la gravité de la situation et en parler est une première étape indispensable…

Diverses situations sont considérées comme des violences conjugales:

- les violences à l'égard des femmes et des hommes, en couple hétéro ou homosexuel. Les relations amoureuses précoces (dès l'âge de 10 ans) sont également concernées, ainsi que l'exposition des enfants et des adolescents à ces violences.
- les situations relationnelles caractérisées par une emprise et un processus de domination d'un des partenaires du couple.

Est-ce fréquent?

Les violences conjugales sont largement répandues. Selon une étude de l'OMS, **environ 1 femme européenne sur 4** est confrontée à des violences physiques et sexuelles de la part de son partenaire durant sa vie. Souvent, ces violences sont déjà présentes dans les relations amoureuses précoces.
Les violences conjugales sont une cause importante de mortalité. A l'échelle mondiale, au moins 38% de tous les meurtres de femmes ont été commis par un partenaire intime.

Si les victimes majoritaires sont les jeunes filles et les femmes, les hommes sont également concernés.

En **Belgique**, selon une enquête réalisée en 2010, 1 femme sur 20 âgée de 18 à 75 ans et près de 2 hommes sur 100 ont vécu des situations de violences conjugales très graves au cours des 12 derniers mois.
Cette enquête montre aussi que :

- les femmes sont plus souvent victimes que les hommes, de formes de violences plus graves, plus fréquentes et sur de plus longues périodes
- les hommes évoquent moins facilement que les femmes leurs expériences en matière de violences entre partenaires
- les enfants sont exposés à ces violences au sein du couple.

Bon à savoir : en Belgique, entre 3 et 11% de femmes sont victimes de violences au cours de la **grossesse** et durant les 12 mois qui l'ont précédée.

Quels types de violence?

Les violences conjugales sont définies comme **tout comportement au sein d'une relation intime qui cause un préjudice ou des souffrances physiques, psychologiques, sexuelles, économiques ou sociales** aux personnes qui en font partie (définition OMS).

Ces violences peuvent prendre différentes formes, à savoir :

- verbales telles les insultes, les injures, les cris
- psychologiques comme l'humiliation, le harcèlement par téléphone, Internet ou sur le lieu de travail, le dénigrement de l'autre, le contrôle de la relation (de ce que l'autre fait, des "allers-venues", des moyens de contraception), les menaces, l'intimidation et l'isolement
- économiques où le contrôle porte sur l'accès aux ressources, aux données bancaires et financières, à l'activité professionnelle

- physiques tels bousculer, lancer un objet, gifler, donner des coups, tirer les cheveux, étouffer, séquestrer, et toute autre agression physique y compris l'utilisation d'armes et même finalement parfois l'homicide
- sexuelles lorsqu'il y a contrainte à des actes ou des pratiques sexuelles ressenties dégradantes ou humiliantes, les tentatives de viol ou les viols.

Elles peuvent aussi inclure :

- le mariage forcé, c'est-à-dire un mariage qui est conclu sans le libre consentement des deux époux ou lorsque que le consentement d'au moins un des époux a été obtenu par la violence ou la menace
- les violences liées à l'honneur (allant de la légère pression psychologique au crime d'honneur en passant par la violence physique) où la prévention ou la réparation d'une atteinte à l'honneur sexuel et familial constitue le motif principal. Il peut s'agir de l'honneur d'un individu, de la famille ou de la communauté.

Violence conjugale: est-ce un phénomène passager?

Non, **malheureusement les violences au sein du couple ont tendance à se répéter et à devenir chroniques**.

Généralement, une dynamique relationnelle s'installe, dans laquelle les deux partenaires sont impliqués. Elle comporte quatre moments-clés :

- une période caractérisée par des tensions dans le couple (hyper-contrôle, lourds silences, bouderie, …) qui s'accentuent progressivement, créant un climat de peur et d'insécurité au sein de la cellule familiale. La personne victime tente de satisfaire au mieux les

désidératas de son/sa partenaire
- l’épisode de violences psychologiques, physiques et/ou sexuelles qui place la personne victime et sa famille en état de choc assorti d’un sentiment de colère ou de tristesse
- la “ justification ” de l’auteur qui tente d’expliquer ses actes en reportant la responsabilité sur son/sa partenaire. Il tente de rendre “ acceptable ” la portée de ses comportements et d’éviter ainsi d’en assumer les conséquences. Cette stratégie de justification peut prendre des colorations différentes : “ C’est de ta faute ”, “ Tu m’as provoqué ”, “ J’ai eu une enfance malheureuse ”, etc. A terme, elle vise à banaliser ou normaliser les violences auquel l’auteur a recours. De son côté, la personne victime développe souvent des sentiments complémentaires de culpabilité
- la “ lune de miel ” ou la phase d’amour et de pardon pendant laquelle l’auteur de violences se montre particulièrement attentionné. C’est une période d’espoir ou d’illusions qui permet au système familial de perdurer.

Que faire?

Face aux violences, un certain nombre de personnes peuvent être dans la banalisation, la minimisation, voire le déni. Elles peuvent, consciemment ou non, minimiser le danger. Elles ont souvent l’impression d’être la cause des comportements violents de leur partenaire. **Cependant, chacun a une responsabilité quant à sa sécurité et à celle de son (ses) enfant(s)**.

Il est nécessaire de prendre son courage à deux mains pour dévoiler la situation de violences que l’on vit.
C’est important pour son avenir, car vivre une situation de ce genre n’est pas sans conséquences sur sa santé (et sur celle de ses enfants, si on en a). En outre, la situation risque de

perdurer et de s’aggraver.

Bon à savoir : on n’est pas seul(e) à vivre cette situation, bien d’autres personnes sont concernées (voir plus haut).

Personne ne peut critiquer la démarche de demande d’aide d’une personne subissant des violences. Le comportement violent enduré n’est jamais acceptable. Tout le monde mérite de se sentir en sécurité chez soi, la violence n’est jamais justifiée.

A qui en parler?

On recommande de recourir à un professionnel de la santé en qui on a confiance, par exemple le médecin généraliste.
Il sera à l’écoute des difficultés et pourra soutenir la personne dans ses démarches.

Les situations de violences conjugales sont complexes et souvent, les personnes concernées se retrouvent isolées de leur famille et de leur entourage. Pourtant, **la personne concernée n’est pas seule, elle peut être aidée**.
Le médecin pourra l’adresser, si nécessaire, aux services d’aide adaptés à la situation.

La personne subissant des violences doit aussi faire constater par son médecin les lésions occasionnées par des violences physiques. Ce dernier pourra conserver ces constats dans le dossier médical et les fournir ultérieurement en cas de besoin.

Sortir de la violence dans le couple relève d’un processus qui s’inscrit dans la durée et bon nombre de personnes concernées sont hésitantes au départ à lancer des démarches, notamment judiciaires (dépôt de plaintes).
Les raisons de cette hésitation sont multiples:

- peur des représailles ou de l’éclatement familial
- espoir d’un changement

- manque de soutien et de ressources, méconnaissance de ses droits.

Bon à savoir : le médecin ne pourra contacter l'auteur des violences qu'avec le consentement de la personne concernée et pour autant que sa sécurité soit assurée.

Les services d'aide

L'Aide Sociale aux Justiciables (ASJ) propose un accompagnement dans les démarches sociales, administratives et juridiques et apporte également un soutien psychologique centré sur les conséquences directes ou indirectes de la victimisation.

D'autres services peuvent fournir un soutien, comme par exemple les Services de Santé Mentale, les Centres de Planning Familial, les services ambulatoires des maisons d'accueil spécialisées en violences conjugales.

En présence d'un risque élevé de violence, les maisons d'accueil spécialisées en violences conjugales et les Services d'Assistance Policière aux Victimes peuvent donner un soutien immédiat.

Les enfants et adolescents concernés par des violences conjugales devraient bénéficier d'une guidance sociale et d'un soutien psychothérapeutique.

Une ressource est disponible, accessible 24 heures sur 24, 7 jours sur 7 pour les patients et les professionnels : la ligne d'écoute 'Violences conjugales' au numéro gratuit 0800 30 030.

Photos © goodluz – Fotolia.com & © pict rider – Fotolia.com.

Mis en ligne le 22/07/2021

Référence

Guide de Pratique Clinique « Détection des violences conjugales »Détection des violences conjugales ». SSMG, avec

le soutien de l’AVIQ.