

Le cycle de la violence

1 – La tension / l'escalade de la violence

Le conjoint émet des remarques et des reproches, la victime subit du stress. L'agresseur exerce des pressions psychologiques, contrôle, isole la victime.

L'anxiété la rend vigilante aux attentes de son conjoint. Elle se sent inquiète, tente d'améliorer le climat, fait attention à ses propres gestes et paroles.

Le système d'emprise se met en place.

2 - Épisode de violences (coups sur la victime ou destruction de matériel)

L'agresseur donne l'impression de perdre le contrôle de lui-même. En fait il installe un climat de terreur qui lui permet de contrôler son conjoint.

La victime ne comprend pas et tente de calmer la situation.

3 - La culpabilisation – Transfert : Le conjoint va rendre la victime responsable de son acte violent.

La violence est minimisée et l'agresseur fait porter la responsabilité des violences sur son partenaire.

La victime se sent responsable de la situation, encline à mieux agir pour éviter la survenue d'un épisode violent.

4 - La lune de miel :

Si la victime tente de rompre, le conjoint va s'excuser et promettre de s'amender. La victime se voit en sauveur qui va aider son conjoint, lui apporte de l'aide, souligne ses efforts. La lune de miel est utilisée par l'agresseur pour reconquérir sa victime. La durée de la lune de miel est variable mais va en se réduisant au fil du temps.

5 Retour à l'épisode 1 : un esprit incapable d'agir

Le cycle reprend au bout de quelques heures ou de quelques mois, avec ou sans lune de miel.

L'accélération des épisodes de violence laisse la victime de plus en plus épuisée.

La victime est dans la confusion quant à l'analyse de sa situation et des responsabilités.

Elle minimise ce qui se passe d'autant que son esprit oublie partiellement les faits négatifs et amplifie les moments positifs.

Les moments à risques maximum :

Lorsque l'auteur a l'impression que la victime se désintéresse de lui : lors de la grossesse ou pendant la rupture. C'est là que l'on trouve le plus de féminicides.

Séparation :

Sous l'effet de la campagne de dénigrement et d'isolement, la victime doute sur ses capacités à s'en sortir.

Il faudra un événement déclencheur pour que la victime comprenne que son conjoint cherche à la détruire et que sa vie (et celle de ses enfants lorsqu'il y en a) est en danger. Les études indiquent qu'entre la décision par la victime de quitter son conjoint et le moment où la

séparation est définitive, la victime va faire en moyenne 7 aller-retour entre la liberté et son agresseur.

Vocabulaire :

Violence : quand l'un des partenaires cherche à dominer et contrôler la vie de l'autre.

La violence conjugale est renommée violence intrafamiliale car l'enfant, lorsqu'il existe, est aussi une victime. Même s'il ne reçoit pas lui-même de coups, l'enfant vit dans un climat de peur et de prévention des crises. Par ailleurs, il peut être témoin des cris, de la visite de la police ou des coups portés.

Consentement : Le fait de donner son accord de manière consciente, libre et explicite à un moment donné pour une situation précise.

Nathalie Wienin / Psychologue du travail