

L'Écho de la Maison



L'ACCALMIE
INC.

Ces hommes violents et manipulateurs : comment les reconnaître?

Mai à août 2021

On estime qu'au Québec, près d'une femme sur quatre a déjà été victime au moins une fois d'un accès de violence de la part de son conjoint. Cette violence peut prendre différentes formes, dont certaines sont des plus insidieuses, et a parfois des conséquences dramatiques, pouvant aller jusqu'au décès de la victime.

Pour une femme amoureuse, se sortir du cycle de la violence peut être extrêmement ardu. En effet, il est difficile de prédire la violence et, même lorsque la situation dégénère, certaines sont incapables de reconnaître le caractère destructeur de leur relation. Les conjoints violents sont en effet souvent des hommes manipulateurs qui réussissent à garder le contrôle sur leur « proie », envers et contre tout.

Certaines personnes croient, à tort, que la violence conjugale concerne presque exclusivement des femmes issues de milieux défavorisés ou de cultures plus machistes. Pourtant, aucune femme n'est à l'abri de la violence conjugale et c'est pourquoi chacune devrait apprendre à en reconnaître les signes précurseurs.



De quoi faut-il se méfier?

Bien que chaque individu soit différent, les hommes violents et manipulateurs présentent souvent quelques caractéristiques typiques. Parmi ces traits de caractère, certains se retrouveront peut-être, à un degré plus léger, chez des hommes tout à fait pacifiques. Certains hommes violents, à l'inverse, ne correspondront pas nécessairement au portrait dressé ici. Quoi qu'il en soit, il est préférable de rester à l'affût si vous fréquentez un homme qui semble présenter l'un ou plusieurs des comportements suivants.

Contrôle: Il se montre extrêmement contrôlant : il veut toujours avoir le dernier mot et prendre toutes les décisions, même celles qui vous concernent directement. Il s'emporte souvent quand les choses ne sont pas faites à sa façon.

Jalousie: Il est très jaloux; il agit comme s'il souhaitait vous avoir toute pour lui, voire comme si vous lui apparteniez. Il justifie ensuite son attitude en invoquant son amour pour vous.

Isolement: Il n'aime pas que vous fréquentiez vos amis de sexe masculin : il est même réticent face à vos copines et à votre famille. Il tente de vous isoler en vous éloignant des gens qui vous aiment.

Non-responsabilisation: Il a de la difficulté à admettre ses torts : il a tendance à rejeter la responsabilité de ses fautes sur les autres et à vous faire porter le blâme de ses accès de colère.

Violence verbale: Il a tendance à vous dénigrer : il vous humilie et minimise vos bons coups. Il vous laisse entendre que vous êtes chanceuse d'avoir un homme qui vous aime autant, malgré toutes vos faiblesses. Il utilise la violence verbale et vous fait souvent des reproches injustifiés.

Manipulation: Il a fréquemment recours à la menace : il peut aussi faire du chantage pour parvenir à ses fins, surtout si vous semblez hésiter à poursuivre la relation.

Sachez également que les hommes qui ont eux-mêmes été victimes ou témoin de violence familiale dans l'enfance sont plus à risque de se montrer violent à leur tour avec leur famille. Par ailleurs, l'usage d'alcool ou de stupéfiants est parfois un facteur déclencheur.

AVIS IMPORTANT

Veillez prendre note qu'en raison de la présente situation de pandémie (COVID-19), l'Accalmie maintient ses services d'hébergement, ainsi que l'intervention individuelle en hébergement et à l'externe 7 jours / 7, et ce 24 heures / 24.

Les soupers thématiques, dîners communautaires et cafés-rencontres, ainsi que l'accompagnement dans les démarches, les interventions de groupe et les points de services sont suspendus pour une période indéterminée. Nous vous aviserons de la réouverture de ces services.

Pour ce qui est des séances de sensibilisation et d'information, ce service reprendra dès que la situation le permettra.

Merci de votre compréhension.

Le cycle de la violence : un véritable cercle vicieux

La violence conjugale arrive rarement sans prévenir. Il est bien rare qu'elle surviene dès les débuts d'une relation. Si c'était le cas, il serait bien plus facile pour les victimes de prendre leurs jambes à leur cou ! On s'imagine mal une femme entrer en relation avec un homme qui l'aurait molestée dès le premier rendez-vous galant... En règle générale, le climat de violence s'installe graduellement au sein du couple et, même lorsque le mal est fait, les épisodes de violence sont souvent suivis par des épisodes idylliques et des périodes de paix relative. C'est ce qui fait que la violence conjugale est particulièrement perverse et que les femmes qui en sont victimes ne savent souvent pas sur quel pied danser.

Des débuts prometteurs

Dans les débuts de la relation, les hommes prédisposés à se montrer violents sont généralement doux comme des agneaux. Ce sont souvent des hommes passionnés, enclins à couvrir leur amoureuse de cadeaux et à l'étourdir de grands gestes romantiques. Éventuellement, toutefois, la lune de miel prend fin et les premiers comportements inquiétants apparaissent peu à peu. C'est alors que commence véritablement le cycle de la violence.

La montée de la tension

Au début, il s'agit de reproches sans importance, souvent passagers. Il n'aime pas telle ou telle robe que sa conjointe porte, tel ou tel plat qu'elle cuisine. Éventuellement, les reproches se font de plus en plus fréquents, de plus en plus virulents. Parallèlement, le conjoint met tout en oeuvre pour isoler la femme. Il déclare ne pas aimer ses amis et sa famille, refuse de passer du temps avec eux et, si elle manifeste l'envie de les voir, il utilisera le chantage affectif pour tenter de l'en empêcher. Au bout d'un certain temps, ces comportements prennent de plus en plus d'ampleur et la femme finit par douter d'elle-même, par perdre sa confiance en soi, ce qui la rend encore plus dépendante de son conjoint manipulateur. Généralement, avant que la violence ne se manifeste, il y a une escalade de tensions au sein du couple, souvent orchestrée par le conjoint, qui transforme le moindre détail en prétexte pour amorcer un conflit.

La violence se manifeste

Après quelque temps, le conjoint éclate et se montre violent. La violence peut être physique (coups, gifles, bousculade, agression sexuelle, etc.), mais il peut également s'agir d'un éclat de rage particulièrement brutal, ou d'une autre forme de violence psychologique, tout aussi douloureuse pour la victime.

Justification et lune de miel

Après une telle manifestation d'agressivité, le conjoint tente généralement de rejeter la faute sur sa conjointe, de se justifier par tous les moyens, avant d'éventuellement montrer des regrets, des remords. Tout à coup, il redevient angélique, gentil, prévenant. Il tente de se racheter et promet qu'il s'agissait d'un événement isolé qui ne se reproduira plus jamais. Si sa conjointe fait mine de le quitter, il sort le grand jeu et fait tout ce qui est en son pouvoir pour l'en empêcher. Et, si elle écoute ses supplications et reste avec lui, éventuellement, la tension recommence à grimper... jusqu'au prochain éclat, puis à la prochaine lune de miel.

Qui sont les victimes?

Beaucoup de personnes ne parviennent pas à comprendre comment il est possible de se laisser violenter par son conjoint. Nombreuses sont celles qui croient que les victimes de violence sont des femmes faibles, sans caractère, ni volonté. D'autres croient que ce genre de situation n'arrive qu'à de pauvres filles qui viennent de milieux familiaux troublés et qui n'ont jamais appris à se défendre. La réalité est toutefois beaucoup plus complexe. Les femmes victimes de violence conjugale proviennent de tous les milieux sociaux et de toutes les ethnies, elles ont des niveaux d'éducation variables, il est impossible d'établir un profil de la victime-type. Les femmes vulnérables, marginalisées ou dépendantes financièrement sont plus souvent abusées par leur conjoint. D'ailleurs, il a été rapporté que la violence physique apparaît souvent alors que la femme est enceinte, et donc plus vulnérable et dépendante. Le problème de la violence conjugale peut toutefois concerner toutes les femmes, quelle que soit leur situation personnelle.

Pourquoi les femmes restent-elles dans la situation abusive?

Qu'est-ce qui explique que les victimes, des femmes comme les autres, restent avec leur conjoint violent ? Les raisons potentielles sont multiples et souvent complexes. Le cycle de la violence, brièvement présenté plus haut, y est pour beaucoup, car il permet au conjoint de brouiller constamment les cartes et de garder ainsi le contrôle sur sa femme, de la manipuler. La femme a souvent un bon espoir que son conjoint va éventuellement changer. Pourtant, sans aide, il est bien rare qu'un conjoint violent cesse de l'être spontanément. Si vous redoutez qu'une femme dans votre entourage souffre de violence conjugale, tendez-lui la main, car il est très difficile de s'en sortir sans aide. Source: <https://www.noovomoi.ca/vivre/couple>

Services offerts à l'Accalmie

Services 24/7
avec ou sans hébergement
418-986-5044
accalmiedesiles@outlook.com

*Écoute téléphonique.

* Hébergement gratuit
et sécuritaire.

* Intervention individuelle et de
groupe pour les femmes.

*Support individuel
et
intervention
spécifique aux enfants.

*Orientation et référence.

*Accompagnement dans
les démarches.

* Sensibilisation
et information.

www.maisonaccalmie.com/