

La violence conjugale : comment la reconnaître

Interview de Marie-France Hirigoyen, psychiatre et psychothérapeute familiale, auteure de « Femmes sous emprise, les ressorts de la violence conjugale ».

Propos recueillis par Florence Loos

Le Ligueur : Où commence la violence conjugale selon vous ? Comment la reconnaître dans un couple ?

Marie-France Hirigoyen : La violence conjugale, ce n'est pas seulement une violence physique ou sexuelle, c'est avant tout un mode de relation basé sur la domination, le contrôle, les humiliations. Elle est présente lorsqu'il y a asymétrie dans la relation. Il y a donc toute une violence de nature psychologique d'abord sur laquelle interviennent ensuite et dans certains cas des agressions physiques. L'enjeu de la violence est toujours la domination, c'est ce qui fait la différence avec un conflit de couple, où la possibilité de répliquer existe et où règne une certaine égalité. Ce n'est pas parce qu'il y en a un qui mène le jeu et que l'autre est passif dans la relation qu'il y a forcément violence car, tant que chacun s'y retrouve et que le respect est le ton de l'échange, tout va bien. La violence, il y a des indices pour la repérer : un des partenaires est dans la peur, on cherche à casser l'autre pour qu'il perde son identité, il n'y a aucun espace pour réagir.... Si les victimes se trouvent incapables de résister, c'est à cause de la préparation antérieure qui les maintient en état de soumission.

Le ligueur : Cela peut être le fait des hommes tout autant que des femmes alors, de se retrouver victimes de cette emprise ?

M-F H : Tout à fait, les victimes sont aussi des hommes. J'ai l'exemple d'un patient qui a été bousculé et a reçu une lampe à la figure mais bien avant ces agressions physiques, sa femme l'humiliait, le mettait à la porte de chez eux, il n'arrivait pas à se défendre. C'est vrai aussi que les hommes victimes de violence osent encore moins souvent aller porter plainte que les femmes, sans doute parce qu'ils sont pris par le message : puisque tu es un homme, tu dois être fort. Mais de par notre culture, ce sont plus fréquemment les femmes qui se positionnent en se soumettant et ont des difficultés en conséquence à s'insurger. Elles n'ont pas appris à dire non, et ont reçu dans leur éducation la mission d'être gentilles, tolérantes, patientes et même réparatrices envers leur compagnon. C'est ce qui les empêche de poser la limite et réagir à temps. Si en plus, elles sont fragilisées par leur histoire familiale, un passé difficile dans l'enfance, elles deviennent des proies faciles.

Le ligueur : Est-ce que le milieu d'origine est déterminant ?

M-F H : L'idée trop souvent répandue que c'est dans les milieux pauvres avec un taux élevé de chômage et d'alcoolisme ou à l'extérieur de nos frontières que l'on rencontre le plus de violence est fautive, c'est une façon de banaliser le problème et de ne pas le regarder en face. Par exemple je reçois une femme en consultations qui a vécu 25 ans avec son mari médecin. Elle a toujours travaillé gratuitement pour lui, elle était régulièrement humiliée et malmenée devant ses enfants. Elle n'a jamais réagi jusqu'au jour où il a failli la tuer, là elle est partie. Elle l'avait rencontré très jeune et sa mère l'avait éduquée en la culpabilisant dès qu'elle se plaignait, ce qui excluait qu'elle place des limites à la violence qu'elle subissait. Et elle croyait son mari quand il lui disait qu'elle était incapable de partir. Cette histoire se passe dans un contexte social favorisé, il faut savoir que cela existe dans tous les milieux.

Le Ligueur : Est-ce que « à petite dose » ce n'est pas un peu présent dans tous les couples ?

M-F H : C'est pour cela qu'on ne traite pas le problème et qu'on le tolère car cela nous implique trop, la plupart du temps, chacun l'a un peu vécu. Mais il faut savoir que pour qu'il y ait violence il faut qu'il y ait répétition : ce n'est pas parce qu'on se balance des vacheries un fois, mais quand c'est un mode général de relation. Au moment des séparations, on voit souvent apparaître une grande violence, celle-ci est réactionnelle, de crise. C'est important de faire la différence entre la violence fondamentale qui ne laisse pas d'issue car elle est destructrice, on risque même d'y laisser sa peau et celle qui survient à l'occasion d'un moment particulier où l'homme ne va pas bien et se défoule sur sa femme. Ces cas-là se soignent, on peut aider les couples à dépasser la crise et à fonctionner sur un autre mode. Si j'insiste beaucoup sur la violence psychologique, c'est parce qu'à partir d'elle, on peut faire de la prévention, apprendre à repérer les premiers signes et à réagir immédiatement. Passé un certain stade, une sorte d'addiction à la violence s'installe. Au lieu de se remettre en question, l'homme – quand il s'agit d'un homme – attribue la responsabilité de son malaise à sa femme. Comme cela le soulage et qu'elle ne réagit pas car elle essaie de le comprendre, de trouver une solution, de s'améliorer, il va pouvoir recommencer et résoudre de cette manière sa tension intérieure. Or ses tentatives de solutions à elle ne servent à rien car le problème est en lui et ailleurs. Plus elle reste et accepte de subir, plus elle perd la possibilité de se défendre, c'est ce qu'on appelle l'« impuissance apprise », un phénomène bien connu et étudié sur les animaux. Finalement elles sont conditionnées à trouver cela normal : je te traite comme ça parce que tu le mérites.

Le Ligueur : est-il faux de penser que la femme qui vit cette situation a provoqué les choses ?

M-F H : Les partenaires violents trouvent n'importe quelle excuse pour être insatisfaits et faire des reproches. Ils attendent en fait de leur femme qu'elle répare leur malaise interne, mais c'est impossible car elle n'y est pour rien. C'est en grande partie leur angoisse d'abandon qui les font agir de la sorte. C'est aussi ce qui explique qu'on voit souvent ces hommes être dans le registre du contrôle et de la jalousie pathologique, ils surveillent et tentent d'isoler leur femme du reste du monde. Ils se sentent abandonnés mais en même temps font tout pour l'être. Ce n'est jamais bien à leurs yeux, puisque le problème est ailleurs.

Le Ligueur : La violence physique n'est-elle pas la plus grave tout de même ?

M-F H : Elle n'est pas la pire car finalement elle laisse parfois moins de conséquences que les humiliations, les injures etc. C'est un pas suivant lorsqu'on ne peut plus insulter. Il faut savoir que la menace d'un coup a le même effet sur le plan psychologique que le coup lui-même. Menaces, chantages, pressions, harcèlement verbal sont autant de coups portés à l'intégrité de la personne, de tentatives de domination.

Le Ligueur : N'y a-t-il pas de grandes similitudes avec le harcèlement moral, thème d'un autre de vos livres ?

M-F H : Les procédés sont en effet pareils, on est dans la même situation qui empêche de comprendre et de réagir. On vous amène à douter de vous, on vous démontre que vous êtes nul et on vous maltraite en prétendant que vous le méritez. C'est aussi une emprise.