



La violence familiale : un peu, beaucoup, à la folie

LES FEMMES VICTIMES DE VIOLENCE CONJUGALE

Pourquoi elles ne partent pas



Par
Marie-France Hirigoyen

DES FEMMES supportent des situations de violence conjugale très longtemps. Parfois elles déposent une plainte pour la retirer quelques jours plus tard. Voilà qui n'est pas facile à comprendre. Même si on connaît bien le processus d'emprise et de conditionnement dans le cas des sectes, quand il s'agit des femmes en couple, certains psychanalystes, confondant les causes et les effets, continuent à parler de masochisme.

Toute femme, quelle que soit sa personnalité ou sa position sociale, peut être amenée à subir de la violence dans son couple. Cependant, certains facteurs de vulnérabilité peuvent faciliter l'accrochage avec un conjoint violent et aggraver la difficulté à se défendre de ce type d'agression. Parler de vulnérabilité ne signifie pas qu'en raison d'une pathologie une femme attire ou provoque ce genre de situation, mais simplement que, vis-à-vis de ce type d'agression, certaines d'entre elles vont présenter une moins grande résistance.

Parmi les vulnérabilités des femmes, certaines sont sociales, uniquement liées à leur position de femme, d'autres sont liées à leur histoire ou même à leur personnalité. Il peut se faire qu'une femme ait été fragilisée par une histoire infantile lourdement chargée, par exemple par un abus sexuel, et dans ce cas, un partenaire potentiellement violent peut profiter de sa fragilité. Mais il arrive aussi qu'une femme n'ayant pas d'autre vulnérabilité que celle d'être femme soit victime d'un partenaire particulièrement violent ou manipulateur qui saura péner chez elle n'importe quelle faille permettant de l'accrocher.

Une fois le processus en place, celui-ci est maintenu par un système d'emprise. Ce n'est pas la personnalité de la femme qui crée ce type de relation, c'est la configuration de la relation qui constitue le phénomène.

Une difficile prise de conscience

Si les coups ou la maltraitance sont possibles, c'est que dès le début de la relation le terrain a été préparé et que les défenses des femmes ont été levées. Elles acceptent ces comportements parce que les agressions physiques n'arrivent pas brusquement « comme un coup de tonnerre dans un ciel serein », mais sont introduites par des micro-violences, par une série de paroles de disqualification, par de petites attaques verbales ou non verbales qui se transforment en harcèlement moral et diminuent leur résistance et les empêchent de réagir. Au départ les femmes considèrent même la domination et la jalousie comme des preuves d'amour.

Petit à petit, elles perdent tout esprit critique et « s'habituent ». De certains gestes ou certaines attitudes ambigus, on passe progressivement à une violence identifiable et la femme qui la subit va continuer à considérer tout cela comme normal. Au fur et à mesure qu'augmentent la sévérité et la fréquence de la violence psychologique puis physique, la femme perd confiance en elle. Elle est déstabilisée, angoissée, isolée, confuse et elle devient de moins en moins capable de prendre une décision.

De nos jours, les femmes sont conscientes que la violence physique n'est pas acceptable, mais elles le sont bien moins en ce qui concerne la violence psychologique. Elles se disent que leur perception de la réalité est fautive, qu'elles ressentent mal les choses, qu'elles exagèrent. Elles finissent par douter de leur ressenti. On peut dire que la violence n'existe pas tant qu'elle n'est pas nommée et beaucoup de femmes violentées ne savent pas qu'elles le sont. En

La violence familiale existe sûrement depuis que les couples s'aiment et se quittent : on en parle depuis tellement longtemps sans arriver à l'enrayer. Chaque journée nous apporte son drame passionnel et on assiste impuissant au défilé des horreurs. Que font les psychologues avec toute cette violence qu'ils recueillent dans le secret de leurs bureaux? Ils travaillent à protéger les victimes, ils interviennent auprès des enfants, ils tentent de changer les dynamiques conjugales, mais surtout ils cherchent à comprendre. C'est par la compréhension et la diffusion des résultats de leurs travaux qu'ils arrivent à faire évoluer les mentalités. C'est ainsi qu'un pas important vers le refus de la violence sous toutes ses formes est franchi.

effet, pour qu'un coup – et à plus forte raison une parole – soit qualifié de violent, il faut qu'il paraisse intentionnel, et la plupart du temps les femmes ne mesurent la violence qu'en fonction de la douleur ressentie et de l'intentionnalité.

La mise sous emprise

Au début de la relation, les femmes sont accrochées par ce qui ressemble à un amour idyllique. Elles parlent d'un amour idéal, d'un prince charmant. On retrouvera cet amour intense (*love bombing*) lors de la phase de lune de miel de la violence cyclique. Il ne s'agit pas d'une séduction amoureuse, réciproque, mais d'une séduction narcissique destinée à fasciner l'autre et, en même temps, à le paralyser. Cette séduction se fait en utilisant les instincts protecteurs de la femme. L'homme se présente comme une victime d'une enfance malheureuse ou bien d'un divorce éprouvant.

Cette phase est en même temps une phase de préparation psychologique à la soumission, ou, comme a pu le dire le psychanalyste Racamier¹, de décervelage. La femme est déstabilisée et perd progressivement confiance en elle. Même si sa liberté s'érode petit à petit, elle continue à croire qu'elle est libre et que l'homme ne lui impose rien. Pourtant, par des microviolences ou de l'intimidation, elle est progressivement privée de tout libre arbitre et de tout regard critique sur sa situation. L'homme violent neutralise le désir de sa partenaire, réduit ou annule son altérité, ses différences, pour la transformer en objet. Il s'attaque à sa pensée, induit le doute sur ce qu'elle dit, pense ou ressent et en même temps fait en sorte que l'entourage cautionne cette disqualification.

L'emprise empêche la femme de se révolter contre l'abus qu'elle subit, la rend obéissante et l'amène à protéger son agresseur et à l'absoudre de toute violence. Pour reprendre l'expression de Shengold² parlant des enfants abusés sexuellement, « son âme devient esclave de l'autre ».

Par ce processus, l'homme cherche à dominer sa partenaire et à la contrôler afin qu'elle ne soit qu'un objet et qu'elle reste à sa place d'objet. La destruction ne viendra qu'après. Elle se fera à la fois par des stratégies douces comme la persuasion, la séduction et la manipulation, et par des stratégies plus directes de domination comme la coercition.

Ces procédés sont strictement les mêmes que ceux qui sont utilisés dans les sectes. Dans l'un et l'autre cas, trois étapes sont nécessaires pour parvenir à cette modification de conscience. La première est l'étape d'effraction, qui consiste à pénétrer dans le territoire psychique de la partenaire, à brouiller ses limites, à coloniser son esprit. L'effraction peut être aussi corporelle par une agression physique. À partir de là, il n'y a plus de délimitation entre l'individu violent et sa partenaire et il va penser *en* elle; c'est comme si elle hébergeait un *Alien* à l'intérieur d'elle-même. L'effraction, c'est aussi surveiller son emploi du temps, dévoiler ses secrets, mettre à jour son intimité, envahir sa pensée.

L'étape suivante consiste en une captation de l'attention et de la confiance de la personne afin de la priver de sa liberté sans qu'elle en ait conscience. C'est le lavage de cerveau dont nous allons parler un peu plus bas. Il s'agit de lui ôter toute capacité de résistance. Cela se fait par des regards ou des attitudes qui annoncent les passages à l'acte violents, suivis par des messages de banalisation.

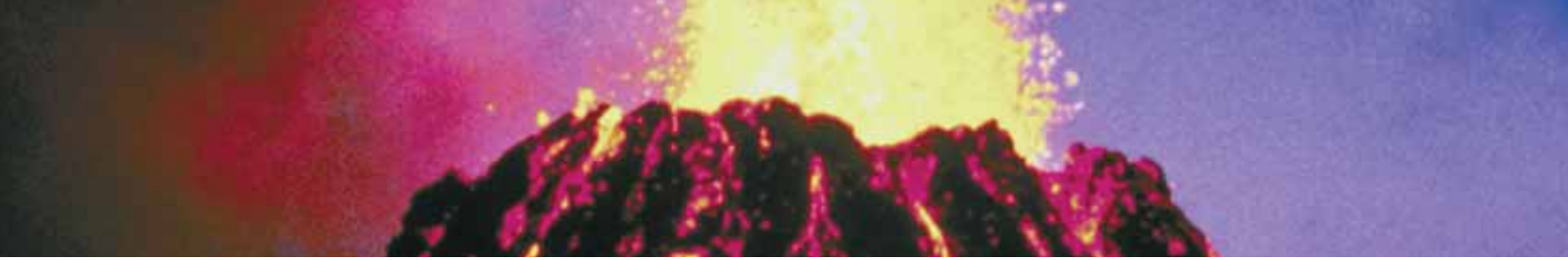
Enfin, une phase de programmation permet de maintenir cette influence néfaste même en dehors de la présence du partenaire violent. À ce moment-là, la personne sous emprise obéit à l'injonction sans pour cela intégrer totalement l'information. Elle est, en quelque sorte, téléguidée, comme par Big Brother dans le livre d'Orwell³. Il s'agit d'un conditionnement pour programmer la personne. Il suffit ensuite d'activer chez elle tel ou tel comportement pour qu'elle agisse comme on l'entend.

Les procédés de mise sous emprise

Le lavage de cerveau

Généralement, ce terme est utilisé pour décrire les processus d'influence utilisés dans les sectes pour manipuler un adepte. On l'appelle aussi persuasion coercitive.

Plus la maltraitance est fréquente et grave, moins la femme a les moyens psychologiques de partir.



Le lavage de cerveau a été étudié au départ par un psychiatre américain, Robert Jay Lifton, qui a écouté les récits des prisonniers de guerre américains en Chine et en Corée.

Selon Virginia A. Sadock, « le lavage de cerveau s'appuie sur une action coercitive à la fois physique et psychologique. Toutes les personnes sont vulnérables au lavage de cerveau si elles y sont exposées durant un temps suffisamment long, si elles sont seules et sans appuis et si elles n'ont aucun espoir de sortir de cette situation. »

On distingue quatre types de techniques de persuasion coercitive :

- les techniques comportementales qui visent à modifier les relations de la personne avec son environnement et à contrôler ses échanges : l'isoler, contrôler son information, la fragiliser et la mettre sous dépendance ;
- les techniques de type émotionnel :
 - provoquer chez elle la peur et l'anxiété, par exemple en lui infligeant des châtiments de façon arbitraire et en usant de façon aléatoire de la clémence et de la sévérité ;
 - la menacer, car la promesse d'un châtiment, qu'il soit physique ou psychologique, est tout aussi efficace que le châtiment lui-même ;
 - la culpabiliser ;
- les techniques cognitives – mettre la personne dans la confusion par des distorsions du langage et de la communication. Par les procédés de communication perverse que j'ai déjà décrits dans un livre⁴, on peut engendrer le doute, la confusion, ébranler les références intérieures et la bonne image de soi de l'autre et l'empêcher de comprendre ce qui lui arrive. Il suffit de multiplier les messages contradictoires ou paradoxaux, de mentir, de refuser la communication directe, et de déformer le langage ;
- les techniques d'induction d'états dissociatifs – l'emprise peut aussi amener des modifications de la conscience, une sorte d'état hypnotique imposé. L'influence que l'agresseur exerce sur sa partenaire diminue sa capacité critique et place celle-ci dans une sorte de transe qui modifie ses perceptions, ses sensations et sa conscience. Cela amène chez elle une vulnérabilité à la suggestion et parfois des états de dissociation.

L'impuissance apprise

On sait que quand un individu apprend par expérience qu'il est incapable d'agir sur son environnement pour le transformer en sa faveur, il devient physiologiquement incapable d'apprendre.

Ce phénomène avait été mis en évidence par Henri Laborit⁵ à partir d'expériences sur le rat, puis étudié par le neurobiologiste Pierre Karli, qui avait identifié dans le cerveau des rats la présence d'une hormone bloquant les apprentissages.

Ces travaux ont été repris en 1975 par Seligman, qui, à partir d'expériences réalisées sur des chiens, a décrit le concept de *learned helplessness*.

L'impuissance apprise se produit lorsque les agressions sont imprévisibles et incontrôlables et qu'il n'y a aucun moyen d'agir pour changer la situation.

Or, on ne sait jamais sur quel registre attendre un homme violent. L'anticipation devient impossible. Cela entraîne chez les femmes victimes une passivité, un manque de motivation, une diminution de leur capacité de trouver une solution, en plus d'un sentiment d'incompétence, de vulnérabilité ou de dépression lié au traumatisme émotionnel.

Comme l'a montré Lenore Walker⁶ à la suite d'une étude portant sur 403 femmes, c'est l'impuissance apprise qui empêche les femmes de trouver une solution.

Cela permet de comprendre comment des traumatismes antérieurs, et en particulier la maltraitance ou des abus sexuels de l'enfance, augmentent la vulnérabilité d'une femme vis-à-vis de la violence conjugale. Il ne s'agit pas de masochisme et de jouissance à être victime, mais du fait que les moyens de défense de la personne ont été érodés par une agression préalable.

De la même façon, cela explique le paradoxe selon lequel plus la maltraitance est fréquente et grave, moins la femme a les moyens psychologiques de partir.

Le syndrome de Stockholm

Quand une personne est dans une situation où sa vie est en danger et qu'elle n'a aucune défense vis-à-vis de la personne qui détient un pouvoir de vie et de mort sur elle, elle en vient à s'identifier à lui. Dans ce cas, la victime se met en quelque sorte à voir le monde par les yeux de son agresseur, afin de contrôler le danger.

Ce phénomène avait été décrit à propos d'otages qui ont pris la défense de leurs ravisseurs. Dans le cas d'une prise d'otage, la séquestration ne dure que quelques semaines, voire quelques mois, et pourtant elle peut entraîner un attachement paradoxal à l'agresseur. Pour une femme qui vit une relation intime pendant des années avec son compagnon agresseur, on peut sans peine imaginer que la situation est plus grave.

L'adaptation

Pourtant, la soumission apparente des femmes à leur conjoint violent n'est pas qu'un symptôme. Ce peut être aussi une stratégie d'adaptation. Les femmes savent bien que l'opposition frontale à un homme violent peut augmenter gravement sa violence, alors elles essaient de le calmer, de le satisfaire, de lui convenir afin d'éviter que les choses empirent. Elles en tolèrent aussi de plus en plus parce qu'elles doutent de leurs propres émotions et de leur compréhension de la situation.

Dans la violence cyclique, c'est l'alternance de phases d'agression suivies d'accalmies ou même de réconciliation qui crée un système punition-récompense. Chaque fois que l'homme violent est allé

trop loin et que la femme pourrait avoir la tentation de partir, elle est « raccrochée » par un peu de gentillesse ou d'attention. En même temps, l'homme l'infantilise : « que ferais-tu sans moi ? », et la femme se persuade que sans lui, elle n'y arriverait pas. Elle devient ainsi dépendante de lui.

Il se crée une véritable addiction au partenaire, très proche de l'addiction à une substance psychoactive, qui s'explique par des mécanismes neurobiologiques et psychologiques ; on cherche à éviter la souffrance et à apaiser un malaise interne.

De plus, dans tous les cas de violence conjugale, il y a une inversion de la culpabilité. Le partenaire injecte à la victime la culpabilité qu'il n'éprouve pas. Elle est rendue responsable des difficultés du couple. En fait, l'inversion de la culpabilité se met en place parce que la victime ne réussit pas à faire le reproche de ce qu'elle subit à son agresseur. Les fautes qui n'ont pas été reprochées sont « portées » par les victimes, en attendant qu'elles soient reconnues par leur auteur. Les partenaires violents renforcent leur culpabilisation lorsque leur compagne menace de partir. Elles sont alors accusées de vouloir le détruire, et cela est renforcé par le chantage au suicide.

Ce n'est pas du masochisme

Il n'est nul besoin d'utiliser la force pour assujettir autrui ; des moyens subtils, répétitifs, voilés, ambigus, peuvent être utilisés avec tout autant d'efficacité. Il faut que les psychologues cessent de dire à propos de la violence conjugale que les femmes ressentent une satisfaction d'ordre masochiste à être objets de sévices, car sans une préparation psychologique destinée à la soumettre, aucune femme n'accepterait les abus psychologiques et encore moins la violence physique.

Marie-France Hirigoyen est psychiatre, psychanalyste et psychothérapeute familiale en France. Elle vient de publier un ouvrage sur la violence dans le couple intitulé Femmes sous emprise.

Références

1. Racamier, P.-C. (1992). « Pensée perverse et décervelage ». Dans « Secrets de famille et pensée perverse ». *Gruppo*, n° 8, Paris, Apsygée.
2. Shengold, L. (1998). *Meurtre d'âme*. Calmann-Lévy, 418 p.
3. Orwell, G. (1949). 1984. Paris, Folio (1981 pour la traduction française), 384 p.
4. Hirigoyen, M.-F. (1998). *Le harcèlement moral, la violence perverse au quotidien*. Paris, Syros, La Découverte.
5. Laborit, H. (1976). *Éloge de la fuite*. Paris, Robert Laffont, 233 p.
6. Walker, L. E. A. (1984). *The Battered Woman Syndrome*. New York, Springer.

Société Québécoise d'Hypnose inc.

CALENDRIER DES ACTIVITÉS FORMATION CONTINUE AUTOMNE 2005

SEPTEMBRE 2005 Intégration de l'hypnose clinique en psychothérapie. Montréal, les 10 et 11 septembre. Formation intermédiaire

Groupes de perfectionnement entre pairs (PEP) Montréal, 17 septembre 2005.

Formation de base en hypnose clinique. Montréal, les 8, 9, 22, 23 octobre 2005.

OCTOBRE 2005 Groupe de perfectionnement entre pairs (PEP) Montréal, 22 octobre 2005.

NOVEMBRE 2005 Formation de base en hypnose clinique : première partie. Sherbrooke, les 5 et 6 novembre 2005 (à confirmer)

CONGRÈS DE LA SQH. Montréal, les 19 et 20 novembre.

DÉCEMBRE 2005 Formation de base en hypnose clinique : deuxième partie. Sherbrooke, les 3 et 4 décembre 2005 (à confirmer)

Groupes de perfectionnement entre pairs (PEP) Montréal, 10 décembre 2005

À VENIR
MARS ET AVRIL 2006
FORMATION DE BASE À QUÉBEC

CONGRÈS ANNUEL
19 ET 20 NOVEMBRE
À MONTREAL

L'OCCASION DE MIEUX CONNAÎTRE LA SOCIÉTÉ QUÉBÉCOISE D'HYPNOSE ET DE PARTICIPER À DES CONFÉRENCES.

VISITEZ NOTRE SITE
WWW.SQH.INFO
Renseignements : 514-990-1205

Société Québécoise d'Hypnose Inc.