

## Le temps des fêtes

Nombre d'études révèlent que la période des fêtes de Noël et du Nouvel An constitue un passage porteur de stress. Si pour la plupart d'entre nous, une bonne planification et un peu d'aide permettent de réduire une partie de ce stress, celui-ci est exacerbé pour d'autres. C'est le cas notamment pour les femmes violentées dans un contexte conjugal. Pourquoi en est-il ainsi?

Parce que les fêtes entraînent des dépenses supplémentaires et que les questions d'argent constituent un élément déclencheur; parce que la boisson est souvent plus présente et que le conjoint intoxiqué risque de laisser plus facilement libre cours à ces violences pour ensuite justifier son comportement et tenter de se déresponsabiliser parce qu'il était intoxiqué; parce que la femme marchera sur des œufs en présence de la famille et des ami-e-s craignant que ses proches ne soient témoin des violences qu'elle subit et que celles-ci ne gâchent les festivités de son entourage... Il importe toutefois de rappeler que la cause des violences conjugales ce n'est ni les ennuis financiers, ni le stress, ni la boisson, mais le patriarcat, à savoir une « organisation sociale et familiale dont le fondement est la descendance par les mâles et le pouvoir paternel »<sup>1</sup>. Parce que nous avons toutes et tous une responsabilité sociale au regard des violences conjugales masculines, nous vous invitons à porter attention à certains signes :

Chez l'homme :

- ✓ Il rabaisse sa conjointe, lui coupe la parole, parle à sa place ou domine la conversation
- ✓ Il la surveille, tente de l'empêcher de voir sa famille, semble dérangé par les marques d'affection qu'elle vous porte
- ✓ Il tente de vous convaincre qu'il est un bon compagnon, un bon père, qu'elle est chanceuse de l'avoir dans sa vie
- ✓ Il joue à la victime, agit de manière à attirer la pitié ou agit comme s'il était déprimé
- ✓ Il agit comme si elle lui appartenait et qu'il a tous les droits sur elle
- ✓ Il ment pour bien paraître, il exagère ses qualités
- ✓ Son discours démontre qu'il croit les hommes supérieurs aux femmes, il agit avec condescendance avec les membres de sa famille, se considérant comme plus important qu'elles et eux

Chez la femme :


- ✓ Elle excuse ou justifie les comportements de son conjoint, s'excuse à sa place
- ✓ Elle paraît mal à l'aise de donner son opinion en sa présence, est effacée
- ✓ Elle doute d'elle-même et de son propre jugement, peine à s'affirmer
- ✓ Elle cherche des excuses pour ne pas prendre part aux rencontres familiales
- ✓ Elle semble repliée sur elle-même, craintive, triste
- ✓ Elle tente de cacher ses blessures, les explique de manière évasive ou incohérente
- ✓ Elle consomme pour s'engourdir ou pour faire face à la situation

En présence de certains de ces signes, faites preuve de bienveillance, trouvez un moyen de vous retrouver seule avec elle pour l'assurer de votre soutien au besoin, dites-lui qu'elle n'est pas seule, qu'elle mérite le respect et qu'elle peut recevoir de l'aide. Pour de l'information ou des conseils, consultez la maison d'aide et d'hébergement de votre milieu ou contactez SOS Violence Conjugale au 1 800 363-9010.

Monic Caron, pour *L'Alliance gaspésienne*

Sources : 1. Dictionnaire antidote

<http://voisinsamisefamilles.ca/comment-identifier-et-aider-les-femmes-qui-risquent-de-devenir-victimes-de-violence>, site consulté le 27 novembre 2018

**Vous voulez en savoir davantage sur nos ressources, vous avez besoin d'aide, communiquez avec nous ou visitez-nous au [www.alliancegaspésienne.com](http://www.alliancegaspésienne.com) ou suivez-nous sur  Alliance gaspésienne**

**Le Centre Louise-Amélie**  
Sainte-Anne-des-Monts  
418 763-7641  
cla.inc@globetrotter.net

**L'Émergence**  
Maria  
418 759-3411  
emergenc@globetrotter.net

**La maison Blanche-Morin**  
Pabos  
418 689-6288  
lmbm@globetrotter.net

*Pour un avenir sans violence...*

*Initiative*

*Compétence*

*Synergie*