

Le détecteur de fumée

La sonnerie du détecteur de fumée a pour objet de nous indiquer un danger, de nous mettre en alerte. Si un début d'incendie est en cours, la réaction naturelle consiste à tenter de le maîtriser et si la situation est plus grave, il faut sortir, se mettre à l'abri, appeler du secours. Mais si le détecteur de fumée sonne l'alarme à chaque fois que vous faites vos rôties, vous ne mettez pas beaucoup de temps à relâcher votre vigilance. D'aucun.e.s agiteront une serviette près du détecteur ou retireront la pile pour que cesse l'assourdissante sonnerie; d'autres prendront l'habitude de placer le grille-pain sous la hotte, afin de prévenir le coup.



Lorsqu'une femme fait face aux premières manifestations de violences de son conjoint, elle est secouée. L'incompréhension, la surprise ou la peur la mettent en état d'alerte. Puis, viennent les excuses du conjoint et elle en conclut qu'elle a eu inutilement peur, que sa perception de la situation était faussée. Il lui apparaît donc futile de se mettre à l'abri ou de chercher de l'aide.

Puis, les manifestations de violences se multiplient et s'aggravent, de manière sournoise, insidieuse et répétitive. Le conjoint s'excuse, justifie ses paroles et ses gestes sur la base de circonstances qui lui sont extérieures (une mauvaise journée, l'alcool, divers soucis, un comportement impulsif sur lequel il n'aurait aucun contrôle, etc.) ou il blâme sa conjointe (elle l'a énervé, elle n'a pas répondu à ses attentes, elle n'est pas entrée à l'heure prévue, etc.). La femme tente de le comprendre, de l'aider à changer, endosse partiellement ou totalement la responsabilité de la situation, doute de ses propres perceptions.

Comme le détecteur de fumée qu'on ne prend plus au sérieux, la femme en vient à avoir une perception biaisée des violences subies. Elle ne sait plus sur quel pied danser : tantôt elle craint que les violences éclatent et rien ne se produit, tantôt elle ne se méfie pas et son conjoint explose. Malgré ses efforts pour s'adapter à la situation, malgré qu'elle se soumette aux demandes de son partenaire, alors qu'elle change ses comportements, qu'elle abandonne ses rêves, qu'elle s'efface, les violences perdurent. La dangerosité associée aux violences de plus en plus fréquentes devient difficile à détecter, à évaluer. La sonnette d'alarme ne lui sert plus de repère, car son seuil de tolérance aux violences s'est progressivement élevé. À la longue, l'alarme devient inaudible, compromettant sa sécurité.

Alors que vous percevrez la dangerosité des violences exercées sur une proche, que vous craignez pour sa sécurité et pour celle de ses enfants, ne soyez pas étonnée si elle minimise la gravité de la situation. Son quotidien est fait de menaces, de cris, d'insultes, d'agressions. Sa condition est devenue sa norme, son point de référence. Pour lui venir en aide, il importe de lui affirmer qu'elle n'est pas responsable des violences qu'elle subit, que vous craignez pour sa sécurité, qu'elle mérite le respect, qu'elle n'est ni stupide ni fautive. Pour la reconnecter avec ses perceptions, objectiviez la situation. Vous pouvez par exemple lui demander « si je vivais la même chose que toi, tu trouverais ça normal, tu ne serais pas inquiète? » Évitez toutefois de lui imposer vos choix, vous lui démontreriez qu'elle est inadéquate, qu'elle est incapable de prendre les bonnes décisions, alors qu'il importe plutôt de lui redonner confiance. Les maisons d'aide et d'hébergement peuvent vous soutenir dans votre démarche.

Monic Caron, pour *L'Alliance gaspésienne*

Idée originale de l'allégorie : Nadia-France Lévesque, intervenante à l'externe au Centre Louise-Amélie

Image tirée de <https://www.quechoisir.org/dossier-detecteur-de-fumee-t289/>

<https://www.inspq.gc.ca/violence-conjugale/comprendre/de-quoi-parle-t-on> ; <http://madame.lefigaro.fr/societe/violences-conjugales-comment-aider-une-amie-femme-battue-241115-109716>
(sites consultés le 26 juin 2019)

Vous voulez en savoir davantage sur nos ressources, vous avez besoin d'aide, communiquez avec nous ou visitez-nous au 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