



À l'approche du jour de l'an, le ministre Christian Dubé annonçait que des employé.e.s du réseau de la santé infecté.e.s par la Covid 19 pourraient continuer de travailler, dans certaines circonstances. Personne n'aurait pu prédire qu'on en arrive là! En l'occurrence, le ministre soulignait l'importance de la gestion du risque et des conséquences. Les notions de risques et de conséquences s'appliquent également aux violences conjugales masculines. En voici quelques exemples :

Les femmes confrontées aux violences conjugales courent le risque de s'effacer jusqu'à disparaître, reniant leur essence même. C'est qu'elles s'efforcent de changer leurs attitudes et comportements pour répondre aux attentes de leur conjoint afin d'éviter qu'il ne les blâme, leur reproche d'être inadéquates, qu'il les viole de nouveau. Elles mettent ainsi beaucoup d'effort pour éviter de le contrarier. Les explications du conjoint, c'est-à-dire le sens qu'il donne aux événements, servent à tenter de justifier son comportement. Il reporte la faute sur la femme, avec des explications comme tu m'as provoqué, tu n'as pas fait ce que j'attendais de toi, tu savais que j'étais irrité ou fatigué, etc. En ne reconnaissant pas sa responsabilité, il rend la femme responsable des comportements qui pourtant sont les siens. Certains conjoints vont formuler des excuses afin de regagner la confiance de la femme, excuses qui s'accompagnent le plus souvent de promesses de changement. Malheureusement, les promesses ne seront tenues que peu de temps.


Les femmes violentées dans un contexte conjugal s'exposent à des conséquences multiples : blessures diverses pouvant entraîner jusqu'à la mort, trouble du sommeil et de l'alimentation, fatigue et douleurs chroniques, faible estime de soi, diminution de la confiance en soi, sentiment de culpabilité, dépression, troubles anxieux, problèmes de consommation, stress, idées suicidaires, isolement, etc. Il est aisé de comprendre que la femme qui se croit responsable des violences qui lui sont infligées, qui n'a plus confiance en elle, qui est dépressive et dont le réseau social est appauvri peine à mesurer la gravité de sa situation et ne perçoit pas de solutions. C'est pourquoi il faut faire preuve de patience, de compréhension et de bienveillance. Voici quelques conseils si une proche est violentée par son conjoint :

- Centrez votre attention sur la femme, votre rôle consiste à l'écouter et à la soutenir. Évitez alors de l'exposer d'emblée à votre colère, votre tristesse ou votre peur.
- Laissez la femme s'exprimer et soyez avant tout à l'écoute. Évitez de lui indiquer ce que vous feriez si vous étiez à sa place ou de lui prescrire ce qu'elle devrait faire. Demandez-lui plutôt ce que vous pouvez faire pour l'aider.
- Chaque femme réagit différemment et il est possible que vous feriez les choses différemment d'elle. Permettez-lui d'envisager diverses avenues qui lui conviennent et respectez son rythme.
- Évitez les jugements. Plutôt que de lui demander pourquoi elle ne quitte pas son conjoint, demandez-lui comment elle va, soulignez qu'elle n'est pas responsable des violences dirigées contre elle, assurez-la de votre soutien.
- Soyez patient.e. Les violences conjugales masculines créent des relations mélangeantes, déroutantes, complexes, terrorisantes. Il faut du temps pour que la femme reconnaisse ce qui se passe réellement et qu'elle envisage des solutions qui vont dans son intérêt et celui de ses enfants. Il est probable que vous deviez converser avec elle à quelques reprises. N'imposez pas vos propres solutions.
- Lorsque vous l'appellez, demandez-lui d'abord si elle est seule. Par exemple : Est-ce un bon moment pour jaser? Est-ce qu'il y a quelqu'un avec toi? Est-ce que je devrais t'appeler plus tard? Si vous lui envoyez un message texte, faites preuve de prudence, son conjoint risque de surveiller ses messages. Évitez qu'il ne comprenne qu'elle se confie à vous en privilégiant des messages neutres, par exemple : fais-moi signe quand tu peux, j'ai hâte d'avoir de tes nouvelles. Informez-vous sur les ressources disponibles afin de pouvoir l'y référer le moment venu.
- Bien sûr, si elle est en danger imminent, faites le 911!

Monic Caron, pour *L'Alliance gaspésienne*

https://d3n8a8pro7vhm.cloudfront.net/canadianwomen/pages/11/attachments/original/1637774952/Q17412_CWF_SFH_ActionGuide_REV_FR.pdf consulté le 27 janvier 2022

AVIS-Sécurité : Agir sur la violence en informant et sensibilisant, L'Alliance gaspésienne des maisons d'aide et d'hébergement en collaboration avec le CRI-VIFF, Gaspésie, 2006. P. 6.

Vous voulez en savoir davantage sur nos ressources, vous avez besoin d'aide, communiquez avec nous ou visitez-nous au www.alliancegaspesienne.com ou suivez-nous sur  Alliance gaspésienne

Pour un avenir sans violence...

Initiative

Compétence

Synergie