

Janvier rime avec résolutions

2024

Parmi les traditions du temps des fêtes figurent les légendaires résolutions en début d'année. Les plus courantes portent sur l'adoption d'une alimentation plus saine, l'arrêt du tabagisme, plus d'exercices, une meilleure gestion financière... Bien que cette coutume vise l'engagement à modifier pour le mieux une habitude, c'est bien connu, les résolutions ne tiennent souvent que quelques semaines!

Les femmes violentées dans un contexte conjugal ont l'habitude des promesses non tenues. À la différence des résolutions de janvier, elles y sont exposées l'année durant, car les violences conjugales masculines frappent à tout moment. Pour leur part, les conjoints auteurs de violences sont passés maîtres dans l'art de la formulation répétée d'annonces de changement. À l'exemple des résolutions du Nouvel An, chassez le naturel et il revient au galop, car ici, les promesses ne sont que dissimulations éphémères.

En violences conjugales, ce qui fait que les promesses répétées et passagères de changement font leur œuvre, c'est que le conjoint s'efforce de les accompagner de gestes plus affectueux et de marques d'attention envers la femme, rendant le tout plus crédible. Il peut par exemple s'excuser, pleurer, offrir de belles sorties, couvrir la conjointe de cadeaux... Il se fait convaincant afin que la femme soit rassurée et qu'elle ne mette pas fin à la relation. Tant qu'il parvient à nourrir un espoir de changement, la femme sera encline à lui donner une chance... une autre chance! Le stratagème fonctionne également parce qu'en parallèle, la femme développe des sentiments de honte et de culpabilité, soutenus par le chantage et les manipulations du conjoint.

De fait, les vaines promesses du conjoint ne viennent pas à bout de son désir de contrôler la situation et d'imposer ses vues. Pour ce faire, il prive la femme de liberté et crée le vide autour d'elle : il l'empêche de voir sa famille, ses ami.e.s; il restreint ses sorties; il la discrédite; il empoisonne ses relations; il déforme la situation à son propre avantage; etc. La femme est ainsi privée du soutien de ses proches; de la possibilité qu'elles et ils décèlent la présence des violences et interviennent pour l'aider; qu'elles et ils lui brossent un portrait de la situation différent de celui du conjoint, à savoir une interprétation plus juste quant à la responsabilité du conjoint et au fait qu'elle n'est ni fautive ni coupable. Alors qu'il n'est pas facile de dévoiler une situation de violences conjugales, l'effritement des liens familiaux et amicaux accentue cette difficulté.

Heureusement, les maisons d'aide et d'hébergement sont disponibles, gratuitement et en tout temps, pour aider les femmes à faire le point sur leur situation. Il n'est pas besoin d'y être hébergée pour avoir de l'aide, de l'écoute, de l'information, de l'accompagnement... Les intervenantes accueillent les confidences sans jugement ni pression et aident à faire le point sur la situation. Si vous songez à quitter votre conjoint, elles vous donneront des conseils pour assurer votre sécurité lors de votre départ et pour établir un scénario de protection, le tout dans le respect de vos choix. Si vous songez à l'hébergement, sachez que les refuges sont accessibles gratuitement; qu'ils offrent des espaces privés et d'autres, collectifs; que les enfants y sont les bienvenus et que des salles de jeux leur sont dédiées. Vous y côtoierez des femmes qui vivent des situations semblables à la vôtre et vous ne vous sentirez plus seule face aux violences conjugales.

Pour de l'information, pour de l'aide ou pour de l'hébergement : 1 800 363-9010, 24 h/24, 7 jours/7.

Monic Caron Pour *L'Alliance GÎM des maisons d'aide et d'hébergement*

<https://www.salutbonjour.ca/2021/12/28/top-10-des-resolutions-du-nouvel-an-les-plus-populaires> (consulté le 20 décembre 2024).

<https://sosviolenceconjugale.ca/fr/articles/5-manifestations-de-violence-conjugale-qui-ciblent-le-reseau-social> (consulté le 23 décembre 2024)

Visitez-nous au www.alliancegaspesienne.com ou suivez-nous sur  L'Alliance GÎM des maisons d'aide et d'hébergement

Pour un avenir sans violence...

Initiative

Compétence

Synergie