

## **LA VIOLENCE PSYCHOLOGIQUE : UN PROCESSUS DE DESTRUCTION INTIME ET INDICIBLE**

*« Le langage est son arme, plus redoutable peut-être que les violences physiques. Il s'en sert pour obtenir l'assujettissement de son partenaire. »  
Simone Korf-Sausse*

Combien de fois entend-on « Il la frappe ?! Elle doit aimer ça! » ou encore « Il se laisse toujours faire?! Il doit aimer ça! ».

Ce qu'il est intéressant de constater est que ce qui amène ces gens à penser, à dire de telles choses, peut être considéré comme un manque d'empathie, d'intérêt, de compréhension. Comme un manque d'écoute, d'envie d'aller vers l'autre. Comme une froide distance... Ce qui heureusement pour eux les protège contre les personnalités toxiques.

Nous autres, nous voyons quelqu'un en détresse sur le bord de la route, nous nous arrêtons, alors qu'eux continuent leur chemin. Et si cette personne en détresse est un vampire déguisé en agneau, c'est tant pis pour ceux qui s'arrêtent, et tant mieux pour ceux dont le chemin continue, loin de cette souffrance...

Dans le cas précis de la Réunion et en 2013, 5 plaintes étaient reçues par jour par les services de police et gendarmerie.

La Réunion est une île montagneuse. Son peuplement est multi ethnique, multi culturel. Les inégalités économiques y sont particulièrement fortes et marquées, bien que trop souvent oubliées par la métropole. Son insularité autorise une "rupture" géographique impossible entre d'autres départements (comme par exemple l'Auvergne et la Bourgogne). Cette insularité crée une frontière psychique, semblant éloigner la Réunion du reste du monde, ignorant presque ce qui se passe sur l'île. Et elle crée une difficulté supplémentaire dans la prise de parole des victimes.

Les difficultés économiques réunionnaises soulèvent entre autres un chômage très élevé. Les difficultés financières et les situations de précarité extrême aggravent les phénomènes de

violences conjugales mais aussi familiales.

Quant aux chiffres de l'INSEE, ils indiquent un nombre d'agressions (physiques, psychologiques et sexuelles) plus élevés qu'en métropole.

Ces éléments sont facteurs de tensions entre les générations, les sexes, et au sein même de la population réunionnaise de manière générale.

On évalue à 15 % des femmes celles concernées par les violences conjugales. La Réunion est une des régions les plus concernées par ce type de violences. Et l'éloignement géographique de la métropole renforce encore ce point, comme si les départements d'Outre Mer étaient et devaient rester les parents pauvres de la métropole.

640 personnes étaient hébergées en urgence via le 115 pour des violences intrafamiliales, en forte majorité pour des violences conjugales, 40% de femmes et 60% d'enfants.

**Les quatre grands points abordés durant cette conférence :**

- 1) La violence psychologique – définition
- 2) La mise en place de la violence : le comportement du bourreau
- 3) La victime
- 4) La prise de conscience et la reconstruction (développés lors de la conférence du 29 septembre)

## 1/ LA VIOLENCE PSYCHOLOGIQUE, DEFINITION

- **Ascendant intellectuel ou moral** de quelqu'un ; influence de quelque chose sur une personne (Larousse)
- **État soumettant la pensée, la volonté, l'action, la décision** d'une personne à celle d'une autre ; état allant jusqu'à **annihiler et aliéner** la pensée et le comportement du sujet soumis

La **violence psychologique**, violence mentale ou violence émotionnelle, est un **abus caractérisé par le comportement agressif ou violent** d'un individu vis-à-vis d'un autre individu qui peut **résulter en un traumatisme psychologique**. Ce traumatisme psychologique se manifeste par de l'anxiété, de la dépression chronique ...

La violence psychologique est constituée par la **répétition** des agissements ayant pour conséquence de nuire, voire de détruire la personne qui les « supporte ». Il est important de faire la distinction entre « conséquence » de nuire et « intention » de nuire. Sur ce point intervient la question de la conscience de l'agresseur et de sa volonté – et cette question qui revient régulièrement : est-il conscient de faire mal / de faire du mal ?

Rappel légal : La loi n°2010-769 du 9 juillet 2010 relative aux violences faites spécifiquement aux femmes, aux violences au sein des couples et aux incidences de ces dernières sur les enfants crée une ordonnance de protection pour les victimes et introduit dans le code pénal un délit de harcèlement moral au sein du couple.

Il est important de préciser que **le législateur n'a pas précisément caractérisé les éléments constitutifs de cette violence**. Aussi les victimes de violences psychologiques, qui ont de grandes difficultés à appréhender et à comprendre ce qu'elles subissent, doivent également en apporter des preuves, alors que rien n'est établi de manière précise par la loi.

Cette absence de précision fait planer un doute sur les victimes : sont-elles réellement victimes, ou ne souffrent-elles pas d'une incapacité à réagir ou d'une trop grande capacité à celui optimisait ? Les victimes déjà en très grande souffrance sont encore obligées de se défendre. C'est ainsi que certaines victimes se retrouvent mises en accusation : *« c'est ta faute, tu l'as bien cherché, tu aurais pu réagir avant, de quoi tu te plains ? Ta vie n'est tout de même pas si difficile que ça... »* Parce que, justement, les victimes ne savent pas comment prouver la violence psychologique, ne savent pas comment l'exprimer, et ne savent pas comment se faire comprendre par ceux auxquels elles s'adressent, elles subissent la **double peine** : la

maltraitance due à l'agresseur, et l'incompréhension et souvent le rejet de ceux vers qui elles se tournent, en confiance.

On peut s'interroger sur la notion de violence objective / violence subjective, au regard de la société, de valeurs communément partagées, ou de lois et décrets fixant un dispositif juridique applicable à un individu.

- Violence « objective » : celle subie lorsque la société/la communauté peut de façon presque unanime condamner un comportement, un acte, un agissement.
- Violence « subjective » : celle ressentie par la victime, qu'elle puisse ou non la conscientiser et la verbaliser. Les actes violents pour tel individu ne le sont pas pour tel autre ; il s'agit alors des limites individuelles, des valeurs personnelles et de l'estime de soi qui se trouvent mises à mal.

Enfin, la souffrance est individuelle et propre à chacun, sans échelle de valeur, comme la douleur physique, et ne doit pas être jugée.

Cette violence psychologique vient d'un parent, d'un proche, d'un membre de la famille, d'un conjoint (e), d'un frère ou d'une sœur.

Concevoir qu'un parent puisse consciemment nuire à l'intérêt de son enfant semble être à l'encontre des principes fondamentaux et fondateurs de notre société. Pourtant, il faut entendre et écouter ses enfants devenus adultes qui viennent, le regard perdu ou apeuré pour parler de leur « erreur ». De ce dont il se croit être coupable et responsable.

Exemples de maltraitance parentale verbale : « *Tu es ma pire ennemie !* » Comment un enfant peut-il comprendre cette phrase, lorsque c'est sa propre mère qui la prononce ?

« *Si tu savais comme je suis malheureuse ! Comme j'ai besoin de toi ! Je ne supporterais pas que tu me quittes !* » Ces réflexions ne sont en somme que des ordres donnés à l'enfant : je t'ai mis au monde, tu as le devoir d'être avec moi, car je souffre (mais de quoi ?) Et tu te dois de m'aider à aller bien. Si tu me quittes, tu deviens coupable de mon malheur...

« *Tu n'étais pas désiré. Débrouille-toi. Tu es grand maintenant. Malgré tout, on a tout fait pour toi. Alors, s'il te plaît, ne viens pas te plaindre !* » L'enfant, même adulte, prend conscience ou plutôt croit comprendre en entendant ces mots qu'il est coupable d'une faute : celle d'avoir été une gêne, un frein, ou un obstacle au bonheur de ses parents. Et toute cette vie, il cherchera réparer son erreur...

L'enfant n'est pas regardé comme un être humain à part entière. Il n'a pas d'autonomie, pas de liberté. Il doit obéir à ce qu'il entend et reçoit comme message, et comme ordre, de la part de son ou ses parents. Il doit correspondre en tous points à ce qui est attendu de lui, est ce qui est attendu de lui, il ne le comprend pas car ce n'est jamais clairement exprimé. Alors, il essaie, il tente de plaire et de convenir à ce qu'il croit être le comportement idéal pour satisfaire les attentes de ses parents. Mais n'arrivant jamais à les contenter, il va se faire éternellement repoussée, critiquer, dénigrer ou rejeté. Il va se sentir « de trop », il va apprendre à se tenir en retrait, à ne pas prendre de place.

L'enfant s'efface. Il le fait soit physiquement, soit psychologiquement, soit en alliant la part psychologique et la souffrance physique.

Les comportements qui en résultent sont le plus souvent : les difficultés d'apprentissage, les difficultés scolaires, ou à l'inverse une nécessité absolue d'être le « meilleur » de la classe, de rechercher l'excellence en croyant ainsi satisfaire une attente de ses parents. On voit également des enfants devenir peu à peu mythique, associables, développer des troubles du comportement, développer des troubles du sommeil et/ou des troubles alimentaires, avoir une tendance à la « mélancolie », à l'isolement à la dépression. Les comportements dangereux et additifs apparaissent également, tels que la prise de substances illicites, la consommation d'alcool, les tentatives de fugue.

En recevant et en écoutant ces enfants devenus adultes, au-delà du besoin de comprendre pourquoi leurs parents ont eu un tel comportement, ils expriment le besoin vital de s'en détacher, besoin interdit par la culpabilité écrasant avec laquelle ils vivent. Là où, dans une famille « normale », dans une relation saine, ce sont les parents qui coupent de fois le cordon ombilical : la première fois à la naissance, et la deuxième fois en laissant grandir et exister leur enfant et en lui donnant des clés pour s'épanouir, le cordon ne peut jamais être coupé lorsqu'il existe de la maltraitance, de la violence psychologique, lorsque l'enfant devient l'objet de ses parents. Il lui est « interdit » d'exister pour lui-même et à part entière.

Ces enfants sont pris dans une contrainte paradoxale : il cherche à la fois à être pardonné par leurs parents, encore convaincu d'avoir commis une faute et d'être responsable de la souffrance de leur père ou de leur mère, tout autant qu'il cherche à pardonner à leurs parents pour ne pas avoir été des « bons parents ».

Il faut comprendre à quel point cette souffrance de l'enfant est « animale » : l'amour, l'attention et l'affection sont des besoins vitaux ressentis dès la naissance. Si un être humain en est privé dès la naissance, il n'a pas accès à une part de son développement sensoriel et cognitif<sup>1</sup>.

## **2/ MISE EN PLACE DE LA VIOLENCE : COMPORTEMENT DU BOURREAU**

En premier lieu : **la séduction** – puis 4 phases :

### **1. Climat de tension**

**L'agresseur** a des accès de colère, menace l'autre personne du regard, fait peser de lourds silences.

**La victime** se sent inquiète, tente d'améliorer le climat, fait attention à ses propres gestes et paroles

### **2. Crise**

**L'agresseur** violence l'autre personne sur les plans verbal, psychologique, physique, sexuel ou économique.

**La victime** se sent humiliée, triste, a le sentiment que la situation est injuste.

### **3. Justification**

**L'agresseur** trouve des excuses pour justifier son comportement.

**La victime** tente de comprendre ses explications, l'aide à changer, doute de ses propres perceptions, se sent responsable de la situation.

### **4. Lune de miel**

**L'agresseur** demande pardon, parle de thérapie ou de suicide.

**La victime** lui donne une chance, lui apporte son aide, constate ses efforts, change ses propres habitudes.

Quelques comportements violents identifiables :

#### **1. La dépersonnalisation ; l'objetisation**

---

<sup>1</sup> Dans ses recherches concernant la mémoire traumatique, Boris Cyrulnik a, entre autres, observé le cas d'enfants privés d'une relation à leurs parents. Avec un champ lexical dépourvu de sensibilité et d'affect, l'enfant ne peut se construire positivement.

2. La projection ; l'effet miroir ; le déni
3. L'isolement ; le harcèlement ; la peur ; la menace
4. Injonctions paradoxales et double contrainte

Les **mots violents** auxquels il semble « naturel » de penser sont les mots blessants, les injures<sup>2</sup>, les insultes, les attaques directes faites contre la personne. Sans jamais laisser à cette personne – la victime – la possibilité de se justifier ou d'argumenter, sans lui donner aucune explication, sans aucun élément concret qui lui permette de se raccrocher à une réalité, ou de rendre objectif et palpable le discours qu'elle entend. On note que ces mots seront précédés d'adjectif destiné à renforcer l'insulte et son côté dénigrant et méprisant : « sale, pauvre, ... ». Ainsi, un enfant va entendre qu'il est : « un mauvais fils (une mauvaise fille) », « un bâton merdeux », « un bon rien », « un inutile »...

De même, un conjoint ou une conjointe entend qu'il est alcoolique, menteur, lâche, faible, minable, voleur, ... lorsque ce n'est pas un discours ponctué de grossièretés et de propos scatologiques qui lui est adressé.

La personnalité toxique peut se servir d'un autre registre lexical. Elle va **remettre en cause de manière systématique** ce qui est dit, fait, ressenti par sa victime : « Tu ne sais pas faire », « Tu ne fais aucun effort », « Tu me déçois énormément », « Tu n'es pas à la hauteur de mes espoirs », « Tu me fais beaucoup de peine », « Tu ne changeras donc jamais »...

Il s'agit ici de **constats**. Faux, car utilisés pour contraindre la victime et lui faire croire qu'elle n'est rien sans son bourreau. Mais qu'elle ne peut contrecarrer, car elle ne possède rien comme argument qui ne soit aussitôt démonté par son bourreau. Ces constats peuvent se transformer en **injonctions** : « Fais un effort », « Tu me dois le respect », « Tu pourrais faire attention », « Excuse-toi ! », « Arrête de pleurer (tu es pitoyable) ! », en **comparaisons** « Ce n'est pas comme tes frères qui, eux, sont brillants... », « Tu devrais prendre exemple sur Untel, qui réussit, lui... », en **plaintes déguisées** laissant la victime imaginer qu'elle ne remplit pas correctement son « rôle » : « Je ne sais plus comment te dire les choses », « J'aurai tout essayer avec toi mais rien ne marche », « Je dois être bien mauvais pour que tu te comportes comme ça », ou encore en **projections**, qui elles aussi vont être entendues comme des injonctions et devenir des croyances négatives pour la victime : « Quand tu ne

---

<sup>2</sup> Pour rappel, en anglais, le mot injury ne signifie pas injure, mais plus généralement blessure. Et il s'agit bien de blessure que le bourreau va occasionner chez sa victime.

sera plus là, je serais bien seul... », « Je sais que je pourrai toujours compter sur toi... ». Et sans ignorer les menaces : « Tu as intérêt à... », « Mieux vaudrait pour toi que... », « Je te préviens... »<sup>3</sup>.

Enfin, il faut prendre en compte les **silences**<sup>4</sup> ou les réponses floues du bourreau, en réponse aux mots de la victime, la plongeant peu à peu dans le sentiment qu'elle est invisible, transparente, sans personnalité, sans consistance.

Les **fausses croyances** inculquées dès l'enfance peuvent profondément marquer celui ou celle en construction : « Tu es l'homme de la maison » interdit au petit garçon de rester dans son rôle et sa posture d'enfant, l'oblige à adopter attitude adulte – dont il ne comprend ni ne connaît le sens, les règles et les limites – et crée une fracture dans sa construction psychique. A l'âge adulte, entre conjoints, la victime va s'observer, se remettre en cause, essayer d'adapter son comportement ou d'en adopter un nouveau, se désorganiser, et s'y perdre.

C'est la **répétition**, la **récurrence** de ces mots qui vont atteindre profondément la personnalité et l'identité de la victime. Lorsqu'elle se retrouvera dans une situation équivalente à celle du trauma, ces paroles seront réminiscentes<sup>5</sup> et vécues comme une contrainte voir un empêchement à agir. La victime va alors s'enfermer, se taire, bloquer toute action, développer une anxiété, se mettre en danger, se croire incapable.

On peut comparer les injures à une violence physique que la victime va conscientiser : du « salope » au coup de poing, il n'y a qu'un geste. En revanche, les agressions physiques telles qu'un crachat, un geste de la main pour repousser, ont le même impact que les injonctions et les sous-entendus : « Tu n'es pas grand chose, tu n'as pas d'intérêt... ».

Enfin, le fait de tourner les talons face à son interlocuteur en train de parler est aussi dénigrant que les silences<sup>6</sup> en réponse aux questions posées. Et tourner les talons ou se taire, est un comportement classique chez le bourreau<sup>7</sup>.

---

<sup>3</sup> Très (trop) souvent, les menaces sont déguisés, en injonctions, silences... mais vécues comme de réelles menaces, comme une réelles mises en danger, contraignant la victime à l'immobilisme, au silence, ou à une explosion de colère en réaction vitale, colère qui sera retournée contre : « Tu vois, tu es hystérique... »

<sup>4</sup> La personnalité toxique utilise le silence comme une arme. Elle refuse de répondre à de simples questions ou de donner des explications. C'est à vous la victime de se questionner et de trouver la réponse. Ainsi, elle s'épuise. Et en réagissant elle devient celle qui agresse.

<sup>5</sup> Réminiscent qualifie une chose relative à un souvenir lointain, confus ou vague. Le terme rappelle la théorie de Platon qui pensait que notre connaissance est un savoir inné dont on a perdu conscience.

Ces mots qui font mal émanent toujours d'une **personne** se plaçant comme **sachant**, faisant référence à ses connaissances ou son pouvoir, adoptant une posture et une **figure d'autorité**<sup>8</sup> vis-à-vis de sa victime. Cette figure d'autorité devient référente : il/elle sait, donc il/elle a raison. Ne possédant pas de contre argument face à celui qui sait et a raison, la victime se sent vide, sans réaction, et sans connaissance. Elle accorde sa confiance et croit ce qui lui est dit comme étant juste et même comme étant bon pour elle. La victime est infantilisée. L'enfant n'a pas la capacité à remettre en cause objectivement et de manière justifiée ce qui lui est imposé. Il peut se révolter, refuser, ou se rebeller, mais il devra tôt ou tard « rentrer dans le rang » s'il ne veut pas être puni... **L'adulte infantilisé** revient à ces réflexes archaïques. Par peur du rejet, de l'abandon, de la perte d'amour ou de protection, il finit par accepter ce que son bourreau lui impose comme étant vrai, et exclut tout autre schéma ou toute autre possibilité de réflexion et d'agissement.

Toute notion de bienveillance ou de compassion est désormais exclue. L'autorité évolue en tyrannie.

La personnalité toxique sait parfaitement ce qu'elle va dire. Son **intention** étant de contrôler sa victime, de la mettre et la maintenir sous emprise, elle va appuyer précisément là où ça fait mal. Elle sait ce qui fait mal puisqu'elle a pris le temps d'observer sa victime et de se créer un « dossier » en récoltant le maximum. Un parent étant censé savoir et aimer, comment serait-il possible que ses messages aient pour unique vocation de contraindre ceux à qui ils sont destinés ?...

La personnalité toxique devenue bourreau va mettre à profit ce qu'elle connaît de sa victime. « Je suis ton parent donc je sais » est prononcé comme une vérité qui ne peut être mise à l'épreuve. « Si tu es si doué que ça, viens donc prendre ma place ! » est lancé par le professeur qui veut faire taire son élève ou par le parent qui affirme son pouvoir. La notion de **respect** est très souvent utilisée : « Si tu dis le contraire de ce que je pense, c'est que tu ne me

---

<sup>7</sup> Attention : il est fréquent que les victimes disent : Oui, mais moi aussi, maintenant, je me tais, je tourne les talons... dans la phrase il faut retenir le « maintenant ». Ce qui signifie bien la rupture avec les comportements précédents, mis en place en réponse à ceux du bourreau. Sans s'en rendre compte, la victime est entrer dans la lutte, plus active que la résistance, et agit en cherchant à se protéger de ce qu'elle ressent comme dangereux et destructeur pour elle.

<sup>8</sup> L'autorité, en principe, se doit d'être bienveillante, dans un rapport parent-enfant. Elle cadre, délimite, et doit pouvoir affirmer ce qu'elle sait, sans être dans l'interdit non explicité, le jugement, la dépréciation de la personne ou l'empêchement à être.

respectes pas. Tu ne mérites donc pas mon amour ». Quant au conjoint toxique, il se servira du passé de sa victime, qu'il présentera comme une fragilité – mais lui, grand seigneur grand sauveur est heureusement là pour réparer !... - pour écraser un peu plus sa victime : « N'essaie pas de te faire passer pour une sainte, étant donné ta manière de te comporter avant moi, et regarde comme tu t'habilles (te maquilles, te tiens...) ». Il va dénigrer les parents, la famille, l'entourage de sa victime, l'obligeant peu à peu à les tenir à l'écart de sa vie, leurs faisant porter mille culpabilités, et les discréditant aux yeux de la victime.

Dans la relation parent bourreau – enfant victime<sup>9</sup>, c'est l'existence même de l'enfant qui est directement remise en cause.

### **3/ LA VICTIME**

La victime est celle qui subit cette violence psychologique (objective ou subjective) sans pouvoir y échapper, car retenue par une **triade mortelle** : la honte, la peur, la culpabilité, ainsi que par l'incompréhension, l'isolement, le « devoir de tenir » pour les enfants, le sentiment d'être fautif et redevable...

Sentiments contradictoires résultant des injonctions, doubles contraintes, langage paradoxal utilisé par le « bourreau », menant souvent à un état de dissociation, un clivage. La victime « semble » aller bien ; elle porte un masque conscient ou inconscient. Mais quand elle parle d'elle, elle se dit vide, sans envie, sans objectif, sans capacité à imaginer, à se projeter.

La victime doit se sentir crue pour pouvoir être réhabilitée, à ses propres yeux. Pour se reconnaître une légitimité à dire, à faire, et à être. Or, pour être crue, la victime doit avant tout se croire elle-même.

#### **La triade mortelle : peur, honte, culpabilité**

1. Peur de dire – peur de s'opposer – peur de quitter
2. Honte d'avoir accepté – sentiment de complicité
3. Culpabilité de ne pas savoir faire autrement – destruction de la confiance et de l'estime de soi

---

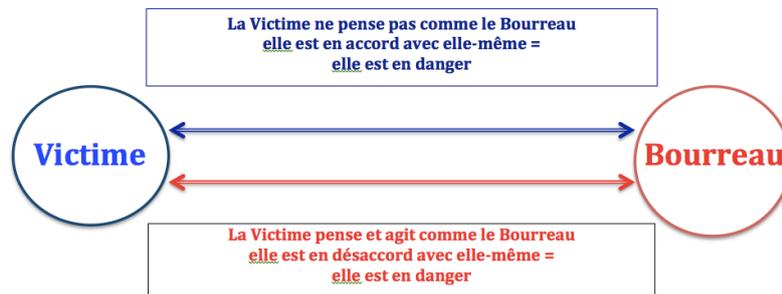
<sup>9</sup> Que l'enfant victime soit bouc-émissaire pour la famille, victime de maltraitance, d'inceste, « patient désigné »...

La victime va développer petit à petit un **schéma de pensées** destructeur, conditionné par la personnalité toxique, correspondant à un lavage de cerveau, et lui interdisant toute remise en cause. Il faut rappeler que ceci s'inscrit dans le temps, suite à la **répétition** de ces mots qui font mal – et la **récurrence** des comportements qui les accompagnent. On distingue 6 étapes dans la mise en place de ce schéma de pensées destructeur.

1. **Réfutation ou excuse donnée au bourreau** : la victime ne pouvant le voir comme tel, elle cherche à expliquer, à justifier ou à raccrocher ce qu'elle entend à son comportement. Elle va également s'appuyer sur des circonstances extérieures pour expliquer ce que dit son bourreau (fatigue, difficultés ponctuelles, surcharge de travail, maladie...).
2. **Remise en cause personnelle** : les excuses données au bourreau ne modifiant pas l'attitude de celui-ci, la victime se remet en cause, et cherche à s'adapter à ce qui lui est adressé ou ordonné, afin de ne pas contrarier
3. **Acceptation du mot comme vérité** : malgré la remise en question de la victime, les mots demeurent. Et malgré le changement d'attitude ils sont toujours prononcés et entendus. La victime finit alors par se convaincre qu'ils sont fondés et vrais
4. **Adaptation du comportement au mot** : la victime ne cherche plus à changer d'attitude. Elle va en revanche se conformer à ce qui lui est dit ; ce qui lui est dit étant vrai, elle doit avoir un comportement en adéquation, afin de ne pas créer de contradiction, et mettre fin aux reproches
5. **Culpabilité et honte** : la victime entendant toujours les mêmes discours, les mêmes critiques, se les approprie totalement. En faisant le constat que, quoiqu'elle fasse, rien ne change, elle se dévalorise, se reproche de ne pas être à la hauteur, a honte de ce qu'elle est, s'isole pour ne pas exposer à qui que ce soit ses erreurs et ses fautes.
6. **Soumission** : la victime croit en ce qui est dit.

Ce schéma produit un conditionnement psychique. La victime se retrouve interdite de penser. Elle ressent un malaise étouffant : penser est dangereux.

COMMENT LES VICTIMES DE VIOLENCE PSYCHOLOGIQUE CESSENT DE PENSER



### La défiance / l'incompréhension des tiers

La victime qui n'est pas complètement isolée va chercher refuge et explication auprès de tiers. Que ceux-ci soient des professionnels (magistrats, avocats, officiers de police judiciaire, médecins, éducateurs, assistantes sociales...), ou des particuliers (proches, famille, amis), il leur faut de l'écoute, de la compréhension, de la compassion, de la patience et une certaine dose d'humanité pour entendre ce que dit la victime. Car le bourreau a une arme assez fatale pour démonter les propos de celui ou celle mis sous emprise : en apparence, hors de chez lui, il est parfait. Intelligent, sociable, avec une notoriété ou une situation professionnelle en vue, possédant l'image du bon parent, du conjoint généreux, il a su tisser une toile dans laquelle il a pris au piège ceux et celles qui pourraient avoir accès au huis-clos familial.

Il ne laisse ni trace ni preuve. Le flou quotidien dans lequel il plonge sa victime se retourne contre celle-ci : elle devient incapable de fournir un discours objectif et construit, pouvant expliquer en s'appuyant sur des faits précis ce qu'elle vit, et souligner ainsi son état de dépendance psychique et de souffrance. Remettre en cause devant un tiers un conjoint maltraitant expose à une réponse communément formulée : « C'est quand même un bon parent ». Un bon parent ? Un bon parent, qui dénigre son conjoint ou sa conjointe régulièrement, devant les enfants, sans lui laisser aucune chance de maintenir une image stable ? Un bon parent, qui une fois la porte de la maison refermée, va ignorer ses enfants, ou les injurier, ou les maintenir dans un contexte violent, en dénigrant systématiquement l'autre parent ? De plus, renvoyer à la personne victime qui vient exposer sa situation que l'autre est un « bon parent » revient à lui dire : « Tu parles de toi. Mais toi, je ne t'écoute pas, je me concentre sur ce que je crois savoir, pour ne pas m'exposer ou prendre parti, et non sur toi et tes souffrances. » C'est de ce fait **rejeter la victime** dans sa demande d'aide, même si celle-ci n'est pas clairement formulée. C'est lui interdire une fois de plus d'être le sujet – le centre – de ses pensées, et l'objectiser à nouveau.

C'est lui imposer une **double peine**.

La victime, à défaut de le savoir, le sent : « Comment faire pour que je sois cru(e) ? ». En posant cette question, la victime en induit une autre, sans le savoir : comment faire pour que j'arrive à me croire ? Car, rappelons-le, à force d'entendre les mots de son bourreau, elle a acquis la conviction ou le sentiment qu'ils sont fondés. Il lui faut se libérer de cette croyance, et sans cette libération, son discours ne sera jamais pleinement entendu par l'entourage.

Aussi, la victime se tourne vers les professionnels.

Les dysfonctionnements du système judiciaire ont souvent été soulignés. L'absence de formation des professionnels est indiscutable, tout comme une volonté souvent partagée de ne pas prendre parti. Par manque d'information et de connaissance, par manque de moyen et de temps également, les professionnels ne veulent pas ou ne peuvent pas à s'immiscer dans les secrets de famille, ou les secrets d'alcôve.

Les silences ou les absences de réponse sont alors de nouveaux rejets extrêmement violents pour les victimes. Que dire lorsque les propos tenus deviennent un déni des actes maltraitants, des paroles dégradantes ? Que dire lorsqu'en réponse à cette question : *que faire ?* il est conseillé de penser à soi... et de pardonner ?

#### **4/ LA PRISE DE CONSCIENCE – LA RECONSTRUCTION :**

**CONFERENCE DU 29 SEPTEMBRE** (campus nord de l'université - amphi

Lacaussade : Victimes de violence psychologique : rompre le lien et se reconstruire)

Présentation générale de ce qui sera dit le 29 septembre

- Nécessité d'un élément déclencheur, même anecdotique
- Appréhension d'une situation d'emprise / de violence / de soumission
- Compréhension de l'état de soumission
- Apparition / développement de sentiments confus et destructeurs (peur, honte, culpabilité, déni)
- Urgence à fuir
- Besoin vital d'être réhabilité(e). Cette réhabilitation se fait par l'écoute reçue, par la compréhension manifestée par les tiers (et un seul tiers peut suffire), ainsi que par une décision de justice reconnaissant les droits de la victime. Or le manque de formation

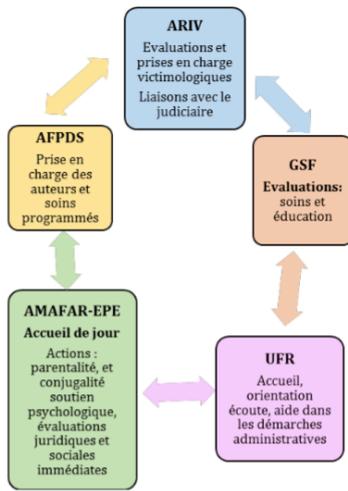
des professionnels est une source de souffrance supplémentaire pour les victimes qui bien souvent ne sont ni entendues ni reconnues comme telles.

- La question du pardon

#### **A QUI S'ADRESSER A LA REUNION :**

- a. Réseau VIF (Réseau Violences Intrafamiliales) : 21 RUE IBRAHIM BALBOLIA 97460 **SAINT PAUL**  
objet : favoriser l'amélioration de la prise en charge des violences intrafamiliales et des violences faites aux femmes à la réunion préférentiellement lorsqu'un critère de dangerosité est mis en évidence; la fédération Réseau Vif entend participer dans le cadre d'une expérimentation à des actions de prévention et à la lutte contre récurrence.  
Une cellule VIF est hébergée au sein de l'Hôpital de Saint-Paul.
- b. 115 : numéro d'appel dédié à l'hébergement et à l'accueil d'urgence
- c. « Le téléphone grave danger » mis en service à La Réunion.  
Les femmes réunionnaises victimes de violences conjugales disposent désormais d'un nouvel outil « Le téléphone grave danger ». Comme son nom l'indique, ce téléphone portable d'alerte sera réservé aux femmes en très grand danger, d'actes de récurrence, de vengeances ou victimes de viols.  
Relié à une plateforme d'écoute via un numéro préenregistré, le téléphone grave danger représente un moyen de protection efficace qui a déjà permis de sauver de nombreuses vies et d'interpeller et de sanctionner les auteurs de violence.  
15 téléphones seront attribués aux Parquets de Saint-Denis et Saint-Pierre.
- d. ARAJUFA (Association Réunionnaise pour l'Aide JURidique aux FAMilles et aux Victimes) Rue Juliette Dodu, 97400 Saint-Denis **Téléphone : 02 62 21 45 94**
- e. LE SAUT : Fondation Père Favron - 0262 96 26 36 - Fax : 0262 96 26 49  
80, boulevard Hubert Delisle BP 380  
97496 SAINT-PIERRE CEDEX L'objectif du SAUT est de permettre à un public spécifique, en situation de grande précarité psychique et physique suite à une rupture brutale (violences conjugales) de bénéficier d'un accueil en urgence adapté et d'un accompagnement personnalisé. Cet appui est soutenu par l'accès à un hébergement qui constitue un pré-requis, un point de départ pour engager un processus de reconstruction, de remobilisation, levier préalable à une ré-inclusion sociale et professionnelle.

**Missions respectives**



« Si besoin, hébergement temporaire possible de 3 semaines à la Maison d'Accueil Temporaire. »

**Lieux d'accueil**

à côté du Centre d'Education et de Prévention à la Santé (CEPS)

21 rue Ibrahim Balbolia,  
97460 Saint-Paul

**ET**

Maison d'Accueil Temporaire (MAT), gérée par l'Association 3S

**Horaires d'ouverture**

Du Lundi au Vendredi

De 8h à 12h et

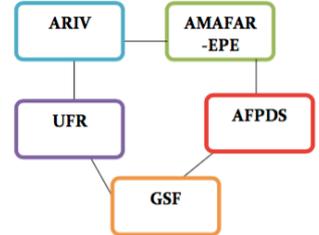
de 13h à 16h

[reseau.vif.adm@gmail.com](mailto:reseau.vif.adm@gmail.com)

**RESEAU V.I.F**

Association Loi 1901  
N°SIRET : 798 059 424 00019  
N°APE : 8899B

**Pour une prise en charge globale des violences intrafamiliales, dans le cadre d'un parcours intégré**



Joignable 5j/7 du Lundi au Vendredi de 8h à 16h

☎ 02 62 96 04 24

CSM : 06 92 22 60 24