

REGROUPEMENT PROVINCIAL
DES MAISONS D'HÉBERGEMENT ET DE TRANSITION
POUR FEMMES VICTIMES DE VIOLENCE

**La problématique des femmes victimes de
violence conjugale**

MARS 1988

343.61-055.2

Ref. Pro
1988

REGROUPEMENT PROVINCIAL
DES MAISONS D'HEBERGEMENT ET DE TRANSITION
POUR FEMMES VICTIMES DE VIOLENCE

**La problématique des femmes victimes de
violence conjugale**

345-0 -0-0
420 P.20 1994

MARS 1988

TABLE DES MATIERES

1. LA VIOLENCE DEVENUE IMPERCEPTIBLE.....	1
2. LA VIOLENCE CONJUGALE N'EST PAS QUE VIOLENCE PHYSIQUE.....	3
• bien sûr la violence physique.....	3
• ... et la violence sexuelle,	4
• et puis, la violence psychologique,	4
• mais, surtout la peur... ..	5
• ... et se faire dire qu'on est folle,	6
• et la menace de pauvreté.	6
3. LA VIOLENCE CONJUGALE EST MAINTENUE SOCIALEMENT.....	7
• lorsque nous parlons de ce que nous vivons.....	7
• et lorsque nous cherchons de l'aide.....	11
4. S'EN SORTIR.....	12
5. CE DONT NOUS AVONS BESOIN.....	14
6. BIBLIOGRAPHIE.....	16

1. LA VIOLENCE DEVENUE IMPERCEPTIBLE

Nous apprenons très jeunes à vivre avec un climat de menace, de peur: nous apprenons toutes petites, la menace du viol par le harcèlement sexuel et à vivre avec cette peur, à la contrôler, à la cacher parce qu'en contrepartie, l'entourage nous dit que nous sommes peureuses, que nous exagérons la peur ressentie, que nous dramatisons la situation. Notre entourage, nos parents nous mettent en garde contre les dangers d'agressions et nous conseillent de ne pas nous laisser accoster par des étrangers, de ne pas leur parler, de ne pas nous approcher de tel oncle, de ne pas nous promener nue dans la maison, de ne pas sortir à la noirceur...

En fait, on nous met en garde contre un danger sans nous expliquer exactement contre quoi nous devons nous protéger et comment nous en défendre. Tout ce que nous comprenons, c'est que certaines situations peuvent être dangereuses et que, si nous ne sommes pas assez prudentes, nous risquons de nous faire agresser.

Puisque nous ne pouvons identifier la nature du danger dont on nous parle, tout ce qui nous est extérieur nous semblera menaçant. La peur que nous ressentons cessera de devenir un signal d'alarme puisqu'elle deviendra pour nous un état habituel, la nécessité d'être continuellement aux aguets. Nous apprenons donc à anticiper le pire et cette façon de réagir deviendra notre façon d'être face à n'importe quelle situation. Ce qui veut dire qu'en tout temps, devant une situation insécurisante, nous allons rapidement entrevoir et retenir le scénario le plus angoissant et le plus hors de notre contrôle, comme un rejet, un échec dans le travail, des coups, un viol, un meurtre...

Quand nous nous faisons agresser, que ce soit au niveau psychologique, physique ou sexuel, nous aurons, dans un premier temps, le sentiment qu'on a pas le droit de nous injurier, de nous frapper, de nous harceler sexuellement. Nous nous sentons humiliées et en colère. Nous sommes outragées.

Cependant, tous les messages que nous avons reçus antérieurement et la réaction de notre entourage feront en sorte que nous annulerons

rapidement nos sentiments d'outrage. "Tu n'as pas été prudente." "Tu as probablement fait quelque chose qui l'a mis en colère." "Tu n'as qu'à éviter cette personne." "Tu as le don de te mettre toujours dans des situations malsaines." Que ce soit en minimisant ou en ridiculisant le caractère ou la gravité de l'agression que nous avons subie, ou en nous en rendant responsables, nous en viendrons à remettre en question notre perception de la situation et notre façon d'y réagir.

Nous apprenons ainsi à ne pas parler, de peur d'être davantage culpabilisées ou ridiculisées, à nous méfier de nos propres perceptions face à l'agression en nous responsabilisant. C'est aussi de cette façon que nous apprenons à nous percevoir comme des êtres fragiles, dépendantes, émotives, et à ne plus reconnaître nos moyens de défense et notre capacité de réagir aux événements, à prendre des décisions, à prendre du contrôle sur notre vie. L'invalidation constante de nos perceptions nous amènera à développer une surcrédibilité face aux propos et aux valeurs masculines et à définir notre réalité à partir du point de vue des hommes.

En revanche, si nous nous conformons à l'image et aux rôles qui nous sont dévolus, on nous assurera une certaine "valorisation sociale" et des bénéfices reliés aux rôles traditionnels, c'est-à-dire une prise en charge et une "protection" au niveau économique, émotif et social. Par contre, nous nous retrouvons moins autonomes financièrement ou carrément dépendantes. Nous développons des formes de pouvoir indirectes, les formes de pouvoir directes étant considérées chez nous comme de l'agressivité. Nous nous sentirons en perte d'identité et de valorisation personnelles, parce que cantonnées dans un projet de vie défini d'avance, quand nous nous faisons dire que nous nous occupons mal de nos enfants, de notre conjoint ou quand nous n'avons plus personne de qui prendre soin...

Par conséquent, l'invalidation constante de nos perceptions constitue une forme de violence en soi, puisqu'elle nous amène à voir les agressions comme inévitables et justifiées.

2. LA VIOLENCE CONJUGALE N'EST PAS QUE VIOLENCE PHYSIQUE

- **bien sûr, la violence physique...**

Dans les diverses études, la problématique de la violence conjugale est définie par la violence physique exercée contre nous alors qu'elle n'en constitue que l'aspect le plus évident.

Ainsi, on cherchera à mesurer la gravité de la violence par la construction d'échelles permettant d'en mesurer la sévérité, allant de la non-violence et à la mort (Gelles). On tentera également de distinguer entre violence mineure: des actes de violence ne comportant pas de risques élevés, et violence sévère: des actes de violence entraînant des risques de sévices graves. (Strauss) Cette distinction fait d'ailleurs toujours force de loi dans l'intervention policière, dans la mise en accusation et dans le traitement "sentenciel" des conjoints.

Une définition de la violence envers les femmes "doit tenir compte de l'usage de la force et de la menace comme moyen d'obliger les femmes à se comporter de telle ou telle façon. La mort se situe à un extrême et la menace à l'autre. Entre les deux, on trouve toutes sortes de comportements quotidiens depuis les coups superficiels jusqu'aux blessures graves en passant par l'agression sexuelle et le viol" (p. 12, Hammer, 1977). La violence physique consiste donc en une série de contraintes et de brutalités portées directement sur la victime: se faire giffler, secouer, serrer les poings, écraser contre un mur, immobiliser, séquestrer, attacher, étrangler, donner des coups de poing au visage ou sur le reste du corps, des coups de pied, frapper avec un bâton, un couteau...

L'utilisation de la violence physique n'est cependant pas toujours nécessaire pour nous maintenir à notre place. Elle constitue la ressource ultime, celle que l'on utilise quand les autres formes de contrôle de nos comportements ont échoué.

- **... et la violence sexuelle,**

Alors que nous sommes encore maintenues dans la honte lorsque nous sommes victimes de violence physique et/ou psychologique, il nous est très difficile de dévoiler ce qui se passe dans notre chambre à coucher. La violence sexuelle s'exerce tant au niveau physique que psychologique. Que ce soit par l'humiliation, l'intimidation, le harcèlement ou par la menace implicite ou explicite, nous sommes agressées sexuellement quand nous nous sentons blessées dans notre intégrité, contrainte d'avoir ou de subir certains comportements sexuels, ou carrément prises de force. Ce que nous avons peine à nommer: le viol conjugal.

- **et puis, la violence psychologique,**

Même si la violence psychologique est souvent incluse dans l'analyse de la problématique, elle est habituellement perçue comme un effet de la violence alors qu'elle constitue en elle-même une forme de violence. Cette définition restrictive de la violence faite aux femmes contribue à minimiser ou à normaliser la violence psychologique.

La violence psychologique consiste donc en une série d'attitudes et de propos méprisants, humiliants et dénigrants à notre égard, que ce soit au niveau de nos capacités intellectuelles, de notre sexualité, de notre façon d'éduquer les enfants, de travailler, de communiquer avec les gens, au niveau de toute notre façon d'être. Cette forme de violence nous renvoie constamment au visage notre peu de valeur personnelle et notre incompetence.

La violence psychologique est plus subtile et, par conséquent, plus difficilement identifiable lorsque nous en sommes victimes. Elle est une atteinte à notre intégrité, tout comme la violence physique et sexuelle, parce qu'elle s'exerce sur notre image de nous-mêmes

Il en résulte une détérioration progressive de notre équilibre mental puisque nous sommes socialisées à définir notre valeur personnelle a

travers le regard des autres et, en particulier, à travers le regard des hommes. Par conséquent, la violence psychologique nous prépare à comprendre et à subir la violence physique et sexuelle comme le résultat de notre propre incompetence.

Il ne suffit pas d'identifier les formes de violence psychologique, physique et sexuelle et leurs conséquences pour comprendre de quelle façon nous sommes maintenues dans une relation de violence. En effet, la violence exercée contre nous est entretenue par un climat de tension et d'insécurité, (généralement identifié comme violence verbale) et par l'invalidation constante de nos perceptions sur la violence vécue par le conjoint.

- **mais surtout, la peur...**

Ainsi, le climat de tension et d'insécurité est créé et maintenu par toute une gamme de forme de contrôle coercitif comme les excès colériques, l'intimidation, la rétention des sentiments et de l'approbation et les menaces de toutes sortes: menace de prendre une amante si nous ne faisons pas l'amour, menace de rupture si nous désirons travailler à l'extérieur ou n'abandonnons pas notre travail salarié, menace de nous couper les vivres, de nous retirer les enfants, de perdre la maison, menace de coups, menace de mort, menaces entretenues par des comportements violents dirigés indirectement sur nous tels défoncer une porte, donner des coups de pied sur le mur, lancer des objets dans sa direction, sortir un couteau, charger un fusil...

Ce climat de peur et d'insécurité paralyse nos réactions face à la menace imminente de violence et nous amènera à nous conformer aux exigences du conjoint dans le but de prévenir l'exécution de ces menaces. Ainsi, lorsque nous nous faisons agresser, nous ressentons la violence comme la réaction à notre incapacité à répondre adéquatement aux demandes du conjoint, à notre difficulté à nous protéger efficacement contre les agressions. La violence nous semblera justifiée et, par conséquent, nous nous en sentirons les premières responsables.

- **... se faire dire qu'on est folle!**

D'autre part, la tendance sociale à normaliser la violence entre conjoints et à responsabiliser les victimes de violence auront comme conséquences d'ébranler nos sentiments d'injustice et d'outrage. Ainsi les réactions et les raisons évoquées par le conjoint pour justifier les agressions nous amèneront à douter de nos propos, de nos émotions, de nos réactions face à la violence vécue. L'invalidation constante de nos perceptions constitue donc une forme de violence en elle-même puisqu'elle nous amène à voir les agressions comme inévitables et justifiées.

Que ce soit en minimisant le caractère et la gravité de l'agression, en évoquant les problèmes reliés à la consommation d'alcool ou de médicaments, en prétextant qu'il ne peut contrôler sa violence, en nous répondant que nous dramatisons ou que nous sommes complètement folles, en reprenant rapidement la vie normale de tous les jours, en se montrant affectueux comme si rien ne s'était passé ou en affirmant que nous n'avions qu'à ne pas le provoquer, toutes ses réactions et justifications nous amèneront à nous voir comme responsables des comportements du conjoint et à croire qu'en modifiant nos propres attitudes et comportements, la violence va se résorber. De même, la rémission du conjoint contribuera à oblitérer nos sentiments d'agressivité et de méfiance, maintenant chez nous un seuil de tolérance élevé à l'agression puisque le conjoint nourrira l'espoir qu'il ne sera plus violent.

- **et la menace de pauvreté.**

L'éducation des filles n'est toujours pas axée sur le développement de nos capacités à devenir autonome financièrement. Nous sommes très tôt cantonnées dans des métiers techniques, de soutien, dans des secteurs de travail peu ou mal rémunérés, et nous avons beaucoup de difficulté à trouver et à garder des emplois permanents. De plus, la valorisation de notre futur rôle de mère et d'épouse nous incite à accorder moins d'importance au fait de nous outiller pour éventuel-

lement subvenir à nos besoins. Par conséquent, notre dépendance économique nous maintient dans une relation de dépendance vis-à-vis notre conjoint. Cette insécurité économique est souvent utilisée par celui-ci comme arme coercitive. Les menaces de privation économique sont une forme de contrôle tant psychologique que physique, peu importe le niveau économique de la famille. La menace toujours présente de la pauvreté constitue un facteur de tolérance à la violence puisque sortir du foyer conjugal signifie souvent pour nous, apprendre à survivre avec les prestations d'aide sociale et la pension alimentaire versée (?) par le conjoint...

Ainsi, notre socialisation nous amène à ne plus reconnaître la violence que nous vivons quotidiennement. Le climat de peur et d'insécurité entretenu par le conjoint, renforcé par la dépendance économique vis-à-vis celui-ci nous contraignent à taire et à subir seule la violence qui nous est faite.

Cependant, la violence que nous vivons individuellement est maintenue socialement. Il ne suffit pas de constater l'ampleur du phénomène pour comprendre la violence faite aux femmes comme problématique sociale. C'est aussi en identifiant les normes culturelles, les préjugés sociaux et la non-reconnaissance des institutions de la violence conjugale que nous pourrions comprendre la fonction sociale de la violence exercée contre nous: le contrôle social des femmes.

3. LA VIOLENCE CONJUGALE EST MAINTENUE SOCIALEMENT

- **lorsque nous parlons de ce que nous vivons...**

Pourquoi les femmes battues demeurent-elles dans une situation de violence?

Pourquoi ne se défendent-elles pas?

Pourquoi ne mettent-elles pas un terme à une relation violente en

quittant leur conjoint?
Pourquoi retournent-elles?

Les recherches effectuées jusqu'à maintenant concernant les femmes violentées ont cherché à savoir pourquoi nous demeurons en relation avec le conjoint violent ou encore essayent de cerner la dynamique "particulière" qui nous amène à tolérer cette situation.

L'importance dévolue à cette question implique que les expert/e/s partagent l'opinion qu'une femme normale devrait quitter son conjoint ou, tout au moins, devrait chercher de l'aide et dénoncer sa situation. Les études cherchent donc, à travers des caractéristiques individuelles, ce qui nous amène à tolérer une telle situation. Conséquemment la plupart des études tentant d'explorer les causes de la violence conjugale analysent la problématique au niveau psychologique individuel et nous dressent des portraits types de ce que sont les femmes violentées et les conjoints violents.

Nous sommes donc représentées comme des femmes dépendantes psychologiquement et affectivement de leur conjoint: que nous sommes passives, résignées, soumises, apathiques, dépressives; que nous avons une image négative de nous-mêmes; que nous ne nous affirmons pas, ne réagissons pas, ne nous défendons pas. Et que nous sommes violentées pour toutes ces raisons. Ne devrait-on pas plutôt voir ces attitudes comme les conséquences du vécu de violence? Certain/e/s auteur/e/s soutiennent même que nous sommes responsables de notre sort en provoquant l'agresseur, que nous nous complaisons dans la violence et que nous la recherchons compulsivement (Guillman, 1980; Steinmetz, 1980, Norwood, 1986) (Eh oui ces femmes qui aiment trop!).

Pourtant, aucune confirmation expérimentale n'est venue appuyer les explications de personnalité pathologique et Star (1979) a même démontré que les femmes violentées ne se distinguent guère de l'ensemble des femmes au niveau psychologique.

De leur côté, les conjoint violents seront considérés comme des malades, incapables d'exprimer leurs émotions... comme des hommes stressés, en perte de contrôle. On comprendra encore la

violence des conjoints comme étant des comportements typiques des hommes, comme leur étant naturel d'être violent pour résoudre leurs conflits.

L'alcool est également invoqué comme une des causes de la violence conjugale et sert souvent d'élément de justification à l'homme violent, expliquant son intolérance et sa violence comme les conséquences d'une surconsommation d'alcool. Ainsi, on aura tendance à expliquer la violence des conjoints comme une déviance ou à situer leurs comportements violents en dehors de leur contrôle.

D'autre part, les préjugés sociaux à l'égard de la violence conjugale traduisent également l'incompréhension de nos réactions face à la violence, et nous en font porter la responsabilité.

La plupart des préjugés s'appuient sur la théorie psychanalytique du masochisme des femmes, expliquant la violence que nous subissons comme la réponse à la provocation inconsciente de l'agressivité du conjoint. On affirmera ainsi que nous sommes responsables de notre sort en présupposant que nous aurions pu éviter les agressions en nous conformant mieux à notre rôle traditionnel de femmes, de mères, d'épouses ou de maîtresses.

Lorsque nous sommes agressées publiquement, on remarque généralement que l'entourage n'intervient d'aucune façon, sauf pour supposer que nous avons fait quelque chose pour mériter notre sort. On ira même jusqu'à affirmer que nous aimons la violence que nous subissons et que nous en retirons sûrement une certaine satisfaction puisque nous connaissons les réactions violentes de notre conjoint avant le mariage, ou, du moins, lors de la première année d'union, et que, malgré tout, nous avons persisté dans la relation. On cherchera donc à voir dans nos attitudes et comportements des éléments qui pourront justifier la violence qui nous est faite, nous rendant ainsi les premières responsables de notre situation, nous désignant comme des victimes consentantes.

De plus, certaines normes culturelles tendent à normaliser la violence entre conjoints. Ainsi, un certain pourcentage de la population approuve les gifles entre époux dans certaines occasions et cette

acceptation augmente avec le niveau de revenu et d'éducation (Stanley, 1978). On note par conséquent une acceptation officielle de la violence "entre adultes consentants", et la violence conjugale est perçue comme normale, propre aux relations familiales, et relevant du domaine privé (Gelles, 1976). C'est une histoire de couple et il vaut mieux ne pas s'en mêler. Cette façon de voir vient donc appuyer que l'homme a un pouvoir légitime et légal sur sa femme et ses enfants, même si ces droits ne sont plus effectifs selon les dispositions du Code civil concernant le droit de la famille.

Des analyses plus étoffées associent la violence masculine aux rôles sexuels appris socialement. Elles "démontrent l'impact de la socialisation stéréotypée qui valorise chez les hommes le comportement de violence à l'égard des femmes et qui conditionne ces dernières à le subir, faute de pouvoir économique, politique et social (Reynolds, 1981; Smith, 1984; Star, 1979; Strauss, 1976; Walker, 1977-78)." (p. 10, Mahoney, Paquin, 1986).

Cependant, ces analyses tendent généralement à prétendre que les hommes sont tout autant que nous victimes de leur sur-socialisation privilégiant une intervention axée, pour les hommes sur l'apprentissage de l'expression de leurs émotions et pour les femmes à apprendre à mieux nous aimer et à nous affirmer. Ce genre d'explication ne reconnaît pas l'utilisation de la violence comme moyen de contrôle sur nos comportements et réduit la violence que nous subissons à la violence physique!

En somme, les préjugés sociaux et les normes culturelles reliées à la compréhension de la problématique nous amèneront davantage à taire notre situation qu'à la dénoncer puisqu'ils nous désignent comme responsables de la violence que nous subissons et entretiennent, tout comme le plupart des analyses faites à ce sujet, la compréhension que la violence relève davantage d'un problème individuel que social. De plus, cette conception se traduit concrètement dans les politiques sociales et dans la non-reconnaissance des institutions face à ce que nous subissons.

- **et lorsque nous cherchons de l'aide...**

Si nous avons tant de difficulté à prendre conscience de notre situation, c'est aussi à cause des obstacles que les structures institutionnelles dressent devant nous. Les institutions juridiques, médicales et de services sociaux contribuent à perpétuer la violence conjugale parce qu'elles ne cherchent pas à identifier le problème, ne traitant que les symptômes apparents ou la situation de crise renforçant ainsi la perception que notre situation est sans issue.

Au plan légal, même si le Code criminel canadien ne fait aucune distinction entre les assauts commis sur les étrangers et sur les épouses, dans la pratique, les instances juridiques considèrent les assauts sur les épouses plus légèrement que celles commises sur les étrangers. Les juges imposent souvent des sanctions moins sévères qu'ils ne le feraient dans les cas d'assauts sur des personnes étrangères ou encore se limitent à réprimander les maris violents. De plus, les juges sont souvent davantage préoccupés de conserver la famille intacte et amoindrissent ainsi l'aspect criminel des sévices qui nous sont infligés. La tendance à la déjudiciarisation des agressions commises sur nous reflète assez bien le peu de cas que l'on fait de la sécurité des femmes et amène l'agresseur à croire que sa conduite n'est pas vraiment répréhensible.

Et quels sont nos recours quand nous ne sommes pas battues, lorsque nous ne portons pas de traces visibles de la violence qui nous est faite?

Au niveau des services médicaux, on ne traite fréquemment que les symptômes qui apparaissent chez les femmes victimes de violence. Pourtant, la réaction des médecins est particulièrement importante puisque c'est habituellement à cette ressource que nous faisons d'abord appel. Les médecins ne sachant pas reconnaître les conséquences du vécu de violence, nous donnent généralement des calmants pour que nous puissions mieux supporter le "stress familial" ou bien nous réfèrent en psychiatrie. "En d'autres mots, les femmes sont déclarées 'malades' lorsqu'elles cherchent à se sortir de la situation qui les avait à l'origine poussées à chercher de l'aide" (Lewis, 1982).

Au niveau de l'intervention sociale, les thérapies traditionnelles utilisées focussent en outre sur l'importance de l'unité familiale et nous ancrent dans nos sentiments d'incompétence, en nous laissant entendre que nos difficultés relèvent d'un problème d'adaptation individuelle, d'un manque d'affirmation et d'estime de soi... ou encore tentent de nous utiliser comme thérapeute de notre mari ou de nous convaincre de retourner au foyer pour le bien-être de nos enfants.

Par ailleurs, que ce soit en minimisant la violence vécue ou en nous faisant croire qu'il existe des solutions rapides et définitives à notre victimisation enracinée par des années d'oppression politique, économique et sociale, ces réponses à nos demandes d'aide ne contribuent qu'à nourrir nos sentiments d'impuissance.

De plus, la tendance à privilégier les thérapies familiales et de couples a comme effet de déresponsabiliser les actes des conjoints en masquant leurs abus de pouvoir sous une dynamique familiale ou de couple malsaine, en nous faisant ainsi porter une partie de la responsabilité de la violence subie.

En somme, "la subordination des femmes est engendrée par leur processus de socialisation et est renforcée en grande partie par les lois, les agences sociales, les professionnel/le/s de la santé mentale, les institutions d'éducation et les politiques économiques. Les protections légales ou les ressources sociales auxquelles les femmes peuvent recourir sont donc plus théoriques que pratiques" (p. 23, Mahoney, Paquin, 1986).

4. S'EN SORTIR

L'accumulation des expériences de violence nous amène à considérer la violence comme normale et justifiée. La fréquence de la violence sous toutes ses formes favorise l'augmentation de notre seuil de tolérance à l'agression et nous amène à ne plus la percevoir dans notre quotidien. La tolérance sociale face à la violence conjugale nous amène à reconsidérer nos sentiments d'injustice et d'outrage et nous empêche de voir la violence qui nous est faite comme une atteinte à

notre intégrité psychologique, physique et sexuelle. La menace constante d'agressions devient donc une façon de vivre et nous amène à croire que nous sommes, de par notre nature, des victimes impuissantes. Nous en venons à croire que nous n'avons aucun contrôle sur notre vie et que toutes nos tentatives de nous en sortir sont vouées à l'échec. Cette image de nous-mêmes nous empêche par conséquent de voir les moyens de défense que nous utilisons quotidiennement pour résister à la violence.

C'est ainsi que nos sentiments de trahison et d'injustice se transforment progressivement en sentiments de honte et d'incompétence, liés à la perception que c'est nous qui provoquons les agressions que nous subissons. La violence subie a comme effet de nous vider de notre dynamisme, de notre énergie vitale, puisqu'elle est canalisée à subir un climat de tension constante, à remettre sans cesse en question nos émotions et notre compréhension de la situation, à mettre en oeuvre tout ce qui est en notre pouvoir pour éviter d'éventuelles agressions, à justifier nos attitudes et nos comportements, à préparer notre milieu pour qu'il accepte nos décisions avec le moins de réticence possible.

Il n'est donc pas étonnant que nos sentiments de peur et d'insécurité se traduisent au niveau physique par toutes sortes de problèmes de somatisation ou par des symptômes d'anxiété et de dépression qui s'ajoutent aux séquelles physiques des coups reçus.

Pour plusieurs, la consommation d'alcool, de psychotropes et d'autres médicaments constitue leur moyen de survivre à la violence alors que pour d'autres, les seules solutions possibles à leurs yeux sont le veuvage, être battues à mort ou se suicider puisqu'elles ne voient plus d'issue à leur situation.

C'est souvent à partir de ces manifestations, quand elles nous deviennent visibles, palpables physiquement ou psychologiquement, que nous pourrions prendre conscience de notre vécu de violence. Se sentir triste, seule, prise au piège, sentir des douleurs dans la poitrine, une boule dans la gorge, sont autant de signaux que ça ne va plus. Et c'est lorsque nous pourrions avoir un écho de notre situation que nous pourrions relier ces effets à notre vécu de violence et commencer à

prendre différents moyens pour mieux nous en protéger.

5. CE DONT NOUS AVONS BESOIN

La violence physique est donc vécue comme une désappropriation tant au niveau physique que psychologique. Le doute et la confusion se sont installés dans nos émotions, dans notre compréhension de la réalité. Nous ne reconnaissons plus ce que nous sommes vraiment, ce que nous voulons devenir. Nous avons peur parce que la menace de représailles est toujours présente.

Nous avons donc besoin:

1. d'une accessibilité rapide et effective à un lieu d'écoute et/ou d'hébergement
 - a) lorsque nous avons besoin de parler de notre situation;
 - b) lorsque nous avons besoin de nous soustraire de la violence du conjoint
2. d'un cadre sécuritaire nous permettant de nous soustraire au climat de tension et de menace, d'identifier les effets de ce climat sur nous;
3. d'un cadre chaleureux nous permettant
 - a) de nous ressourcer, de refaire nos énergies tant au plan physique que psychologique.
 - b) de retrouver notre intimité lorsque nous le désirons;
 - c) de briser notre isolement et de nous reconnaître à travers le vécu de femmes dans la même situation;
4. d'un temps d'arrêt qui nous permettra

- a) de cerner notre réalité: nous voir comme victime et non comme responsable de la violence vécue; de faire le point sur notre situation et d'avoir la possibilité d'échanger sur nos prises de conscience, avec d'autres femmes;
- b) d'influer sur notre réalité: avoir la possibilité de nous exprimer ouvertement sur nos émotions, nos besoins, nos attentes, nos désirs; avoir la possibilité d'entreprendre des démarches;
- c) de reprendre contact avec notre potentialité et notre valeur personnelle;
- d) de faire nos choix de façon autonome et nous faciliter l'expression de notre autonomie;
- e) de sentir un support et un respect réels dans notre prise de conscience, nos décisions, nos démarches.

BIBLIOGRAPHIE

- Ball, D.G., Wyman, E. " *Battered wives and powerlessness: what can counselors do*," *Victimology*, 1977-78, vol. 2 nos 3-4, p. 545-552.
- Ferraro, K., Johnson, J.M., *How women experience battering: the process of victimisation, social problems* 1983, vol. 30, p. 325-339.
- Fox, S., *Responses to spousal violence as a function of sex role identity and family role*, dissertation abstracts international, 1980.
- Gelles, R., *Abused wives: why do they stay?*, *Journal of marriage and the family*, 1976, vol. 38 no 4, p. 659-667.
- Gillman, J., *An object-relation approach to the phenomenon and treatment of battered women*, *Psychiatry*, 1980, vol. 43 no 4, p. 346-358.
- Hammer, J., *Violence et contrôle social des femmes* *Questions féministes*, nov. 1977, no 1, p. 69-88.
- Lewis, D., *Le problème des femmes battues*, Mémoire et proposition au gouvernement fédéral, Conseil consultatif canadien de la situation de la femme, Ottawa, 1982.
- Mahoney, D., Paquin, G., *La victimisation des femmes* Rapport de stage, Université de Montréal, 1986.
- Riposte des femmes, *On apprend à être victimes, on peut le désapprendre*, Réflexion sur la victimisation des femmes et la violence sexuelle, Y. M. C. A., 1984.
- Stanly, G., *A review of select litterature of spousal violence*, *Victimology*, an international journal, 1977-78, vol. 2 no 3-4, p. 591-607.
- Star, B., Clark, C., Goetz, R., O'Malia, L., *Psychological aspects of wife battering, social casework*, the *Journal of contemporary social work*, 1979, october, p. 479-487.

Steinmetz, S., *Women and violence; victim's and perpetrators*, American journal of psychotherapy, 1980, vol. 34 no 4, p. 334-350.

Strauss, M., *Sexual inequality cultural norms and wife beating*, Victimology and international journal, 1976, vol. 1 no 1, p. 54-70.

Walker, L. E., *Battered women and learned helplessness*, Victimology and international journal, 1977-78, vol. 2 nos 3-4, p. 525-534.