



# SOS-INFO

1 800 363-9010 24H/7J

Volume 6, Mai 2019

## 9 conséquences de la violence conjugale



La violence conjugale est une épreuve importante dans une vie. Elle a de nombreuses répercussions sur la santé physique, sociale et psychologique des victimes, ainsi que sur leurs enfants, leurs proches et la société. Il importe de connaître ces conséquences pour mieux comprendre les réactions des victimes et les soutenir adéquatement. **Les réactions des victimes de violence conjugale sont normales, c'est la violence conjugale qui ne l'est pas.**

### 1 Souffrance émotionnelle

La violence a de nombreuses conséquences sur le bien-être psychologique des victimes : détresse, perte de confiance et d'estime de soi, anxiété, crises d'angoisse ou de panique, tristesse, honte, culpabilité, tension intérieure, stress, colère, désespoir, etc.

### 2 Confusion

La violence conjugale se produit dans un cycle, qui fait en sorte que la situation n'est pas toujours la même. La victime passe de moments de tension où elle ne sait pas trop ce qui se passe, à des moments où la violence éclate, et à des moments d'accalmie où le conjoint s'excuse... tout en la manipulant pour lui insuffler (ou lui imposer) une vision de la situation où elle est partiellement (ou entièrement) responsable. Il est donc normal de voir la victime passer de moments où elle voit plus clair dans la situation, à des moments où elle doute d'elle-même, et où il lui est très difficile de voir la violence.

3

### Stress post-traumatique

Les victimes de violence conjugale et leurs enfants présentent souvent les symptômes de l'état de stress post-traumatique, au même titre que les vétérans de guerre. On peut constater des souvenirs envahissants, des cauchemars et des flashbacks très souffrants pour la victime. Elle peut tenter de s'en protéger par une coupure émotionnelle, une consommation d'alcool ou de drogue, l'incapacité à parler de la situation, l'oubli, etc. Cet état d'alerte constant a également d'autres effets : des sursauts, des difficultés de concentration, de la déprime, de l'irritabilité, etc.

4

### Détérioration de l'état de santé physique

L'état de stress subi sur une période prolongée a des répercussions sur le bien-être physique des victimes : difficultés liées au sommeil, à l'alimentation, perte d'énergie, faible système immunitaire, etc. Les victimes peuvent également souffrir de différents problèmes de santé associés au stress, tels que les syndromes de douleur chroniques, les problèmes cutanés ou digestifs, des maux de têtes fréquents, etc.

5

### Blessures

Lorsque la violence physique est présente, elle peut entraîner des blessures telles que des ecchymoses, des fractures, des dents cassées, une perforation des tympans, des commotions cérébrales, etc. Les blessures infligées aux victimes peuvent être très sérieuses, et entraînent parfois la mort.

**SOS VIOLENCE CONJUGALE EST DISPONIBLE 24H SUR 24 ET 7 JOURS SUR 7 À TRAVERS LE QUÉBEC, ET DONNE ACCÈS À TOUTS LES SERVICES ET À TOUTES LES RESSOURCES UTILES AUX VICTIMES DE VIOLENCE CONJUGALE ET À TOUTES LES PERSONNES CONCERNÉES PAR UNE SITUATION DE VIOLENCE CONJUGALE.**



## 9 conséquences de la violence conjugale (suite)

### 6 Altération des liens avec les proches

La violence conjugale affecte négativement le réseau social de la victime ; elle peut être la source de conflits interpersonnels et la victime peut perdre la confiance et l'estime de ses proches, ou même perdre ses liens avec eux. La situation a également des répercussions sur les proches eux-mêmes : épuisement, stress, impuissance, etc. L'isolement qui résulte de la violence conjugale est souvent très important.

### 7 Altération de la relation avec les enfants

Dans une famille sans violence, les parents se partagent le pouvoir et exercent ensemble l'autorité parentale. Dans une situation de violence conjugale, l'agresseur prend tout le pouvoir dans la famille, tandis que la victime n'en a presque plus. Ce déséquilibre affecte beaucoup les enfants et les adolescents, qui y réagissent souvent en refusant l'autorité de la victime. Le déséquilibre familial peut aussi faire en sorte que certains enfants se sentent le devoir de protéger la victime, ce qui peut devenir très dangereux pour eux.

### 8 Pertes financières et pauvreté

La violence conjugale coûte très cher aux victimes : frais d'avocat (souvent dans des procédures légales interminables et répétées à différentes instances), frais de déménagement et de réorganisation, traitements médicaux, psychothérapie (souvent à long terme, pour la victime et pour ses enfants), congés de maladie, incapacité de travailler de façon prolongée ou permanente, etc. La pauvreté guette souvent les victimes de violence conjugale et ce, peu importe leur "statut social" d'origine ou leur scolarité.

### 9 Coûts sociaux importants

La violence conjugale met une pression importante sur le système de solidarité sociale et entraîne des coûts très importants pour notre collectivité : coût des services de sécurité publique, coût des procédures judiciaires criminelles, civiles ainsi qu'à la protection de la jeunesse, coûts pour le système de santé et pour les services sociaux, prestations d'assurance-emploi et de la sécurité du revenu, etc.

Les employeurs font également face aux effets de la violence conjugale sur les victimes : absentéisme, baisse de rendement, perte de talents, hausse des coûts associés aux assurances collectives, etc.

SE REMETTRE DES CONSÉQUENCES DE LA VIOLENCE CONJUGALE PREND DU TEMPS.

LORSQUE LA VIOLENCE SE POURSUIT APRÈS LA RUPTURE. IL EST ENCORE PLUS DIFFICILE D'EN SURMONTER LES RÉPERCUSSIONS.

LES VICTIMES DE VIOLENCE CONJUGALE ONT BESOIN DE SOUTIEN CONTINU ET D'AIDE CONCRÈTE POUR LES SOUTENIR DANS LA REPRISE DU POUVOIR SUR LEUR VIE, TANT ET AUSSI LONGTEMPS QU'ELLES N'AURONT PAS RETROUVÉ LA SÉCURITÉ ET LA PAIX.

ÊTRE LÀ C'EST IMPORTANT. RESTER LÀ L'EST ENCORE PLUS.

\* Bien que la violence conjugale touche majoritairement des femmes, certains hommes peuvent également la subir.