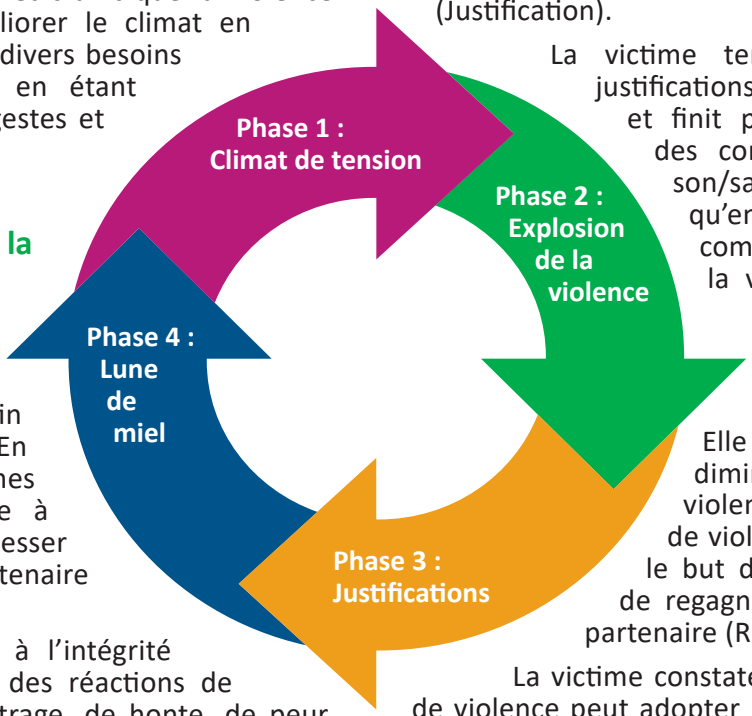
FICHE 3

Le cycle de la violence conjugale

Phase 1 : Climat de tension

Les comportements de l'auteur de violence expriment de plus en plus d'impatience, d'intolérance et d'agressivité. Le conjoint crée un climat de peur et de terreur (Tension).

La victime a peur, anticipe et craint que la violence explose. Elle tente d'améliorer le climat en cherchant à répondre aux divers besoins de son/sa partenaire et en étant attentive à ses moindres gestes et paroles (Anxiété).



Phase 2 : Explosion de la violence

Les agressions sont des stratégies de contrôle utilisées par la personne auteure de violence afin d'affirmer son pouvoir. En utilisant différentes formes de violence, elle cherche à diminuer, humilier, blesser et contrôler son/sa partenaire (Agression).

L'agression porte atteinte à l'intégrité à la victime et provoque des réactions de colère, d'humiliation, d'outrage, de honte, de peur, de tristesse, d'injustice et d'impuissance. Lors de l'agression, la victime adopte différentes stratégies de protection. Elle peut figer, tenter de se défendre ou de fuir (Protection).

Phase 3 : Justifications

La personne auteure de violence s'efforce de faire admettre ou de faire reconnaître à son/sa partenaire que l'agression est justifiée, légitime et fondée. Elle minimise la gravité de son agression et invoque des raisons extérieures à elle pour expliquer ses actions (Justification).

La victime tente de comprendre les justifications, doute de ses perceptions et finit par se croire responsable des comportements violents de son/sa partenaire. Elle intègre qu'en modifiant ses propres comportements ou attitudes, la violence ne se reproduira plus (Responsabilisation).

Phase 4 : Lune de miel

Elle se caractérise par une diminution ou par l'absence de violence. La personne auteure de violence pose des gestes dans le but de maintenir la relation et de regagner la confiance de son/sa partenaire (Rémission).

La victime constate que la personne auteure de violence peut adopter les comportements qu'elle a connus et appréciés durant la relation. Elle peut lui apporter son aide, diminuer ses attentes envers elle ou changer ses propres habitudes dans l'espoir que cette période se prolonge ou qu'il change (Espoir).

Cet outil fait partie du Coffre à outils des employés - Politique et procédure relative à la prévention et gestion de la violence conjugale et familiale en milieu de travail élaboré par la personne-ressource désignée du service du développement organisationnel.

Inspiré de : www.violenceconjugaleautravail.com

Québec