Les violences conjugales

Un numéro pour les victimes : 3919

Objectifs :

- **se former pour savoir identifier les violences conjugales et savoir réagir**
- **savoir aborder le sujet en prépa mariage.**

Pourquoi ce document ?

à cause de 2 rencontres :

- En prépa mariage, une fiancée nous a dit un jour, dans un groupe de femmes, avoir reçu plusieurs gestes de violence. Nous ne savions comment réagir, c'était il y a plusieurs années.

- **Lors d'un parcours Revivre**, pour personnes séparées, une très jeune femme nous a dit : « Vous vous occupez des prépa mariage dans le diocèse ? Eh bien il vous faut former les équipes. Personne ne m'a aidée à voir les signes préexistants de violence conjugale que je subissais. Je me suis mariée et aujourd'hui je suis divorcée ».

C'est elle, et nous la remercions, qui nous a fait connaitre l'association « Miriam Bien Aimer », qui est née d'une volonté de **former et de sensibiliser** les acteurs qui agissent auprès des couples, dans un esprit de prévention.

Ce document a été fait à partir de la formation reçue par l'association « Miriam Bien Aimer » et des ressources de leur site. Voir leur présentation en bas de ce document. Nous remercions l'association de nous avoir ouvert les yeux et nous vous encourageons à suivre leur formation en visio.

Miriam
Bien Aimer

https://miriam-bienaimer.fr/

Pourquoi aborder le sujet en prépa mariage ? on doit évoquer le sujet pour permettre à ceux qui seraient concernés d'ouvrir les yeux et de pouvoir en parler.

Plusieurs victimes disent que les signes préexistaient au mariage, qu'elles auraient aimé être aidées à y voir clair à ce moment-là.

Il est nécessaire de se former pour savoir comment réagir, en respectant le temps de la victime, en étant extrêmement délicat.

A quel moment du parcours de prépa mariage aborder ce sujet ?

Cela peut être :

- en parlant du discernement
- après avoir parlé du pilier de la liberté
- après avoir parlé des conflits et du pardon

Comment aborder ce sujet ?

En faisant une aparté : la violence conjugale n'est pas acceptable. Définition rapide (voir plus loin). Attention à bien distinguer les conflits, la colère, de la violence conjugale qui n'est pas un simple conflit de couple mais une volonté de domination, d'isolement, de possession. C'est une **relation d'emprise** où l'un des partenaires cherche à contrôler l'autre.

En faisant un groupe de parole en séparant les hommes et les femmes : ce moyen aide à libérer la parole et à se confier.

On peut séparer en 2 groupes H/F pour poser la question :

- Qu'est-ce qui vous élève chez l'autre ?
- Qu'est-ce qui vous plombe chez l'autre ?

Puis énoncer 2 « warnings » :

- si vous êtes dirigé par votre fiancé(e), devenant un toutou qui obéit, êtes-vous vraiment libre ?
- s'il y a eu geste de violence ou de jalousie grave, fuyez, ou tout au moins faites-vous aider !

C'est ainsi que nous avons expérimenté qu'une fois une jeune femme a pu dire : « et quand il y a eu plusieurs gestes de violence ? »

◆ ◆ ◆ ◆ ◆ ◆ ◆

Ce qui suit est extrait de la formation de l'association Miriam Bien Aimer

(Présentation de l'association en fin de document)

Qu'est-ce que la violence conjugale ?

Définition : La violence conjugale désigne l'ensemble des comportements, actes et attitudes d'un partenaire ou ex-partenaire, destinés à contrôler et dominer l'autre. Elle s'inscrit dans un rapport de domination et peut prendre plusieurs formes. Il n'y a pas la recherche du bien de l'autre.

Dans le couple, elle peut venir de l'homme, mais aussi de la femme.

La violence ne se limite pas aux coups, mais prend des formes multiples, parfois invisibles mais aussi destructrices. Elle peut avoir lieu en public ou en privé.

La violence conjugale n'est pas un simple conflit de couple. C'est une **relation d'emprise** où l'un des partenaires cherche à contrôler l'autre.

La violence conjugale s'inscrit souvent dans un cycle répétitif qui rend difficile la prise de conscience.

Différentes sortes de violence conjugale :

Violence physique : Coups, gifles, bousculades, séquestration, mais aussi privation de nourriture ou de sommeil.

Verbale : Insultes, moqueries, critiques ; intimidations, menaces.

Psychologique : Humiliations, dénigrement, menaces, chantage affectif, isolement social, contrôle permanent.

Economique : Contrôle des finances, interdiction de travailler, privation d'argent, obligation de justifier chaque dépense.

Sexuelle : Rapports sexuels non consentis, même au sein du mariage. L'union sexuelle n'est jamais un dû.

Administrative : Privation des papiers d'identité, livret de famille, carte vitale ou de l'accès aux droits sociaux. Contrôle des démarches de recherche d'emploi.

Spirituelle : Dans un contexte de foi, la violence peut aussi prendre une dimension spirituelle particulièrement pernicieuse :

- Instrumentalisation de la foi : utiliser des versets bibliques pour justifier la domination
- Culpabilisation religieuse : faire croire que rester dans une relation violente est un devoir chrétien ou que partir serait un péché
- Manipulation du pardon : exiger le pardon sans repentance ni changement, au nom de la charité chrétienne
- Isolement communautaire : couper la victime de sa communauté paroissiale ou l'empêcher de pratiquer sa foi
- Pression sur l'indissolubilité : utiliser l'enseignement sur le mariage pour empêcher toute séparation, même protectrice

Le processus :

La violence conjugale s'inscrit souvent dans un cycle répétitif qui rend difficile la prise de conscience.

La violence s'impose, sous différentes formes, avec une alternance d'épisodes violents et de phases de "lune de miel", qui suivent le schéma du cycle de la violence. C'est le schéma que l'on retrouve le plus souvent.

1. Le climat de tension

Le partenaire devient irritable, critique, agressif… La victime a peur des réactions de son partenaire, les anticipe et évite les problèmes. Pendant des semaines ou des mois, la victime modifie son comportement : elle reste silencieuse, fait tout parfaitement, évite les sujets sensibles, minimise ses besoins. Elle marche sur des œufs.

2. La crise

C'est le moment où la violence éclate, l'apogée de la violence, un acte concret. L'agresseur peut donner l'impression de perdre le contrôle mais c'est toujours un acte volontaire. L'objectif de l'auteur est de rétablir un contrôle total. La victime est choquée, elle a peur, se sent démunie, en état de sidération, d'impuissance et de confusion. Elle ressent de l'injustice face à la violence qu'elle vient de subir.

3. La justification / rémission

L'auteur minimise son comportement « C'était rien » ; « Tu exagères », le justifie et transfère la responsabilité « Tu m'as poussé à bout », « Je suis stressé », « C'est ta faute ». L'auteur promet : « Je vais changer », « Je vais me faire aider ». Il pleure, supplie, se victimise. La victime doute de ses perceptions, se demande si elle n'est pas en tort.

4. La lune de miel

C'est une phase trompeuse qui crée un espoir de changement. L'auteur cherche la réconciliation, se montre très amoureux, offre des cadeaux, fait des compliments. C'est l'illusion d'une relation idyllique, qui augmente l'attachement. La victime est soulagée, elle se dit que son conjoint « souffre vraiment », « peut changer ». Elle a l'impression de retrouver la personne du début. Pleine d'espoir, la victime n'envisage plus la fuite. Si une plainte a été déposée, c'est généralement dans cette phase qu'elle sera retirée. Pourtant, il est important de se rappeler que peu importe qu'il y ait des bons moments : le bon ne justifie et n'efface pas le mauvais.

Globalement, au fil du temps, les cycles s'enchaînent avec de plus en plus d'intensité et de gravité. Ce qui aurait paru impensable initialement peut devenir "banal" après plusieurs cycles.

Le plus souvent la victime décide de partir juste après la crise, mais, du fait de la phase de justification/rémission, il faut en moyenne 7 tentatives pour quitter un conjoint violent.

Qu'en dit l'Eglise ?

L'Église condamne fermement toute forme de violence conjugale.

La violence au sein du couple est une atteinte grave à la dignité humaine et une trahison du sens même du mariage chrétien, qui est appelé à être signe de l'amour du Christ pour son Église.

« Homme et femme, il les créa » (Gn 1,27)

Chaque personne est créée à l'image de Dieu et possède une dignité inaliénable. Cette dignité ne peut jamais être bafouée, y compris dans le cadre du mariage.

Le Catéchisme de l'Église catholique rappelle que « la dignité de la personne humaine s'enracine dans sa création à l'image et à la ressemblance de Dieu » (CEC 1700).

Le mariage chrétien est une alliance d'amour entre un homme et une femme, appelée à refléter l'amour du Christ pour l'Église : un amour qui se donne, qui respecte et qui élève l'autre.

« Maris, aimez vos femmes comme le Christ a aimé l'Église : il s'est livré lui-même pour elle » (Ep 5,25)
L'amour conjugal authentique exclut toute forme de domination, de contrôle ou de violence. Il implique le respect mutuel, la tendresse et le souci du bien de l'autre.

L'Église enseigne l'indissolubilité du mariage sacramentel. Cependant, cela ne signifie pas que les victimes de violence doivent rester dans une situation dangereuse.

Le droit canonique prévoit :

- • La séparation des époux (can. 1151-1155) est possible et parfois nécessaire pour protéger la victime et les enfants
- • La nullité de mariage peut être reconnue si le consentement était vicié (violence, tromperie, immaturité grave...)

Se mettre en sécurité n'est pas un péché. C'est un devoir envers soi-même et ses enfants. Enfin, le droit de l'Eglise inclut le bien des conjoints parmi les essentiels du mariage.

Paroles des papes

« La violence verbale, physique et sexuelle exercée contre les femmes dans certains couples mariés contredit la nature même de l'union conjugale. »
Pape François, Amoris Laetitia, n°54

« Toute forme de violence exercée sur la femme est une profanation de Dieu. »
Pape François, Audience générale, 2015

« L'homme et la femme sont appelés dès l'origine à exister l'un "pour" l'autre. »
Saint Jean-Paul II, Mulieris Dignitatem, n°7

Le pardon chrétien est un chemin de libération intérieure, pas une obligation de se remettre en danger. Il ne signifie pas :

- Oublier ce qui s'est passé
- Faire comme si rien ne s'était passé
- Se réconcilier sans changement réel de l'agresseur
- Renoncer à la justice ou à la protection

Le pardon est compatible avec la mise en sécurité et la demande de justice.

◆ ◆ ◆ ◆ ◆ ◆ ◆

Miriam
Bien Aimer

Miriam - Bien Aimer est une association qui a pour vocation de promouvoir l'amour sain et de prévenir les violences conjugales.

La violence conjugale et intrafamiliale touche toute la société et n'épargne pas le milieu catholique. La foi peut même être utilisée par les auteurs de violences pour se justifier.

Nous portons le message de l'Église : l'amour sain et saint existe, et tout le monde y a le droit.

Miriam a été fondée en 2025 par une équipe pluridisciplinaire de professionnels spécialisés (droit, santé, accompagnement des victimes de violences) et d'anciennes victimes. Elle est ancrée dans la foi catholique.

Les contenus de Miriam sont relus par des spécialistes, professionnels de l'accompagnement des victimes, théologiens et experts en droit canonique.

https://miriam-bienaimer.fr/