



Publié par Les Quotidiennes (<http://www.lesquotidiennes.com>)

La violence familiale n'a pas de sexe

Société | 09:57 L'association Face à Face est la première en Suisse à proposer un accueil spécifique aux femmes auteures de violence. Rencontre avec sa directrice.



Etelle Lucien | 20-04-2010 | 09:57

Elles sont toutes volontaires. Les femmes qui franchissent la porte de l'association Face à Face, rue Voltaire, considèrent que leur comportement est anormal, agressif, violent et qu'il porte atteinte à leurs proches, conjoint et enfants. «Cette violence est le plus souvent psychologique. Elles crient, humilient, cassent des objets», relève Claudine Gachet, thérapeute de famille et de couple, directrice de Face à Face. Créée en 2001, cette structure est la seule en Suisse à proposer une prise en charge spécifique de la violence au féminin, violence de l'intimité, violence taboue. Explications.

Dans 50% des cas, ce sont les conjoints qui sont les premières victimes de ces accès d'agressivité, et dans 34% les enfants. Dans 17% des situations, les auteures retournent la violence contre elles-mêmes, par des comportements de négligence (boulimie, anorexie), ou encore des tentatives de suicide. «La violence s'invite toujours dans un moment de crise, ou de rupture. Lorsque l'avenir est en jeu. Les femmes se sentent débordées psychiquement, sur le fil. Elles ont l'impression de devenir folles», observe la thérapeute.

Victime avant d'être bourreau

Souvent bien insérées dans la vie professionnelle et sociale, d'un bon niveau socioéducatif, les femmes accueillies à Face à Face (une trentaine en 2009), présentent une réalité commune: elles ont toutes été d'abord des victimes de violences ou d'abus. «Elles se voient reproduire ce qu'elles ont subi. Et le vivent comme un très douloureux échec. Leur violence les déborde et réactive les traumatismes passés», explique Claudine Gachet. Une situation de conflit intérieur qui sonne l'alarme chez ces mères de famille et les amène à demander de l'aide. «Elles étaient désarmées enfant, mais aujourd'hui, à l'âge adulte, elles peuvent agir. L'idée est de leur permettre de reprendre la barre en main.»

Une prise en charge globale

Dans le cadre des thérapies mises en place par Face à Face, une partie est dévolue à l'examen des contextes familiaux et intergénérationnels. Les enfants et le conjoint peuvent, selon la situation, être

dirigés vers des structures d'aide et de soutien tel le CIMPV (Consultation interdisciplinaire de médecine et de prévention de la violence), ou encore le SMP (Service médicopédagogique).

L'objectif est aussi de donner des outils aux femmes (lire ci-dessous) pour éviter les crises. Un travail sur la compréhension des émotions et de leur fonctionnement est au programme, sachant que la violence est une colère excessive, dont on perd le contrôle. «Plus les femmes comprennent ces mécanismes, mieux elles peuvent en apprécier les signes avant-coureurs et prévenir les débordements. » Toutefois, elles ne sont pas à l'abri d'une récurrence en cours de thérapie. Ce qu'elles vivent très mal. «La rechute n'est pas toujours évitable. Elle ne doit pas être banalisée et fait partie de la démarche thérapeutique.»

Enfin, le processus doit permettre aux femmes de retrouver l'estime d'elles-mêmes, mise à mal par les violences passées dont elles conservent les stigmates et celles qu'elles ont infligées à leur famille. «Prendre soin de soi doit être une priorité. Elles sont un pilier de la famille et il doit être en bon état.»

«On abîme sa famille»

«Je suis comme une cafetière italienne, je bous et j'explose, si on ne me retire pas du feu. En cinq minutes, je peux péter un plomb et tout de suite après je peux faire un câlin. C'est les montagnes russes et pour ceux qui reçoivent, c'est terrible. » Depuis longtemps, Sidonie*, 40 ans, mère de trois enfants, vit mal ses sautes d'humeur, des accès de violence où les coups sont absents, mais la décharge verbale agressive. C'est après la naissance du dernier que le problème s'aggrave et qu'elle tente d'en parler. Elle se heurte à beaucoup de banalisation. «C'est ton tempérament..., c'est normal, tu es fatiguée..., en burn out, etc. » Elle cherche en vain des solutions et se sent coupable d'abîmer sa famille. La violence, Sidonie l'identifie assez vite car elle la connaît bien. «J'ai grandi dans un contexte familial dysfonctionnel, avec un parent qui passait à l'acte. » En s'engageant ensuite professionnellement dans le domaine de la santé et du social, la jeune femme pense apprivoiser ses traumatismes. «Pendant longtemps, j'ai cru échapper à la tragédie infernale. » Jusqu'au jour où elle voit, face à ses furies, ses propres enfants adopter des comportements de protection, des attitudes de repli. «Comme moi quand j'étais petite fille. Ça fait mal, mais ça été comme un déclic. » Depuis une année, elle a rejoint l'association Face à Face. «J'apprends à identifier quand j'arrive dans la zone rouge. J'essaie d'exprimer mes sentiments au fur et à mesure avant qu'ils ne se transforment en colères et se reportent sur ceux qui me sont le plus chers. »

Comment éviter les accès de violence?

Identifier la violence

- *La violence familiale est un ensemble de comportements, de gestes agressifs, brusques et répétés à l'intérieur d'une relation de couple ou familiale. Elle peut être physique, psychologique, sexuelle ou verbale.
S'éloigner, éviter l'explosion*
- *S'isoler dans une chambre avant d'exploser, faire du sport, se promener, écrire, prendre un bain, téléphoner à une amie ou une association sont autant d'actions qui permettent d'évacuer les tensions mais aussi de court-circuiter la crise.
S'informer, se faire aider*
- *Face à Face: tél. 078 811 911 7,
www.face-a-face.info et secretariat@face-a-face.info
Consultation interdisciplinaire de médecine et de prévention de la violence des HUG:
tél. 022 372 96 41
Ligne d'écoute 24 h/24: tél. 0840 110 110 (victimes, auteurs, proches)
Site d'information: www.violencequefaire.ch*

Source URL : <http://www.lesquotidiennes.com/société/la-violence-familiale-n'a-pas-de-sexe.html>