

VIOLENCES FAITES AUX FEMMES : C'EST LE MOMENT D'EN PARLER

Par [Force2Courage](#) Posté le 24/11/2023 à 16h07

Bonjour à tous,

Je profite de cette journée du 25 novembre pour lutter contre les violences faites aux femmes. Libérons la parole, agissons, ne nous laissons pas faire!

Je ne suis pas une femme battue, mon conjoint ne me frappe pas. Je connais la violence physique car mon père l'était avec ma mère, au point de la blesser et de l'envoyer à l'hôpital, au point de lui faire des commotions cérébrales... Bref la violence comme on la montre dans les pires films qui en parlent.

Du coup, étant donné que je ne vis ça à la maison, je ne me suis pas "considérée" comme victime de violence, donc je n'ai pas mis les mécanismes de défense en place. C'est en parlant avec mon médecin récemment de ce que je vivais à la maison qu'elle a mis les mots sur mon histoire : violence physique, psychologique et sexuelle.

Mon époux ne m'a jamais mis de coup de poing, mais il a tout cassé dans la maison en hurlant (et ce à de nombreuses reprises). Il m'a poussé, m'a attrapé, m'a secoué. Il m'a jeté des objets au visage (d'ailleurs souvent le verre de vin bien sur, une fois une poêle chaude que j'ai évité). Une fois il m'a menacé avec un couteau, mais sans me toucher.

Comprenez bien, la violence physique ce n'est pas forcément un coup de poing. Il n'a pas besoin de vous envoyer à l'hôpital. L'intégrité physique peut être menacée de bien des manières, et du moment que la peur est là c'est de la violence. Je serai partie au moindre coup de poing. Il le savait. Donc il ne l'a jamais mis... Et moi je suis restée en me noyant dans ma peur.

Concernant la violence psychologique, c'est pareil, les médias nous envoient l'image du pervers narcissique. Et bien, à force de caricaturer et de romancer, on passe encore de la description de la violence psychologique. Toutes ses petites phrases assassines lancées sous le prétexte de l'alcool. Le fait de se victimiser : "je bois pour te supporter", "je vois bien que tu ne m'aime pas assez"... Le fait de renvoyer son mésamour de lui-même sur le conjoint : "tu es tellement chiant, tu es fainéant, tu es une mauvaise mère..." Et puis le chantage affectif, "si tu me quittes, j'ai plus qu'à me pendre..." Non, je ne suis pas face à un pervers narcissique. Je suis face à un homme brisé qui se retiens à la vie en s'accrochant à moi et en m'entraînant dans sa chute.

Et enfin, la violence sexuelle, qui est tellement tabou dans notre société!!! qui est tellement lourde à porter pour la victime. Là encore, on résume cela au viol. Le reste cela relève du sacro-saint devoir conjugal. Qui a envie de coucher avec un homme qui est complètement dans les vapes de l'alcool, il se trompe de prénom (et oui pourtant je suis sa femme...), qui s'endort, qui devient impuissant parce que l'alcool n'a jamais rendu viril!!! Un homme qui ne se rend pas compte qu'il fait mal parce qu'il ne maîtrise plus ses gestes. Un homme qui vous étouffe de tout son poids parce qu'il s'est endormi et qu'il vous écrase les côtes. Oui, c'est de la violence sexuelle! Et les exigences sexuelles complètement hallucinantes, déconnectées de toute réalité. Et quand j'ai le courage de dire "non, ça suffit!", c'est violence physique (il casse tout, hurle...) et chantage au suicide. Alors je cède en disant que ça va pas me tuer, que je ferai après comme si de rien...

Ne nions pas la violence que nous vivons, même si elle n'est pas aussi visible que celles médiatisées. Pas besoin d'être battue, violée ou sous emprise pour reconnaître la violence là où elle est. Et cette violence, parce qu'elle est répétée et qu'elle nous impacte dans notre vie de tous les jours, dans l'image que nous avons de nous-même...

J'espère sincèrement que mes paroles et mon expérience permettront à certaines de prendre du recul sur ce qu'elles vivent, et à certaines de se sortir de ce contexte très malsain.

1 RÉPONSE

[cielbleu](#) - 24/11/2023 à 18h35

merci pour ton texte Force2Courage.
