

Les conséquences de la violence conjugale chez les femmes

La violence conjugale a nécessairement des impacts sur les femmes qui en sont victimes. Et, ce sont ces impacts qui maintiennent les femmes dans le cercle vicieux de la violence.

Une des premières conséquences serait l'augmentation du seuil de tolérance de la femme. En effet, au fur et à mesure des agressions, celle-ci arrive à percevoir la violence comme étant normale et même justifiée, au point de ne plus distinguer les manifestations quotidiennes d'abus de pouvoir. Elle se conditionne à subir constamment un climat de tension, elle doute de ses émotions et fait tout pour éviter de nouvelles agressions. Elle en vient à penser que ce n'est pas si pire que ça, qu'elle prend peut-être les choses trop à cœur. Ses sentiments pour son conjoint sont contradictoires, puisque son agresseur est avant tout l'homme pour qui elle éprouve un sentiment amoureux.

La femme victime de violence vit également un grand sentiment de culpabilité. Elle prend la responsabilité des agressions, croyant les provoquer. Ne lui dit-on pas, d'ailleurs, que c'est le cas? Se percevant comme étant en cause, elle croit donc être en mesure de mettre fin aux agressions. Elle se soumet aux attentes de son conjoint, parfois elle se défend et riposte à sa violence. Malheureusement, l'échec de ses stratégies est inévitable, puisque ce n'est pas elle l'auteur de la violence et qui exerce le contrôle. Cette femme à honte de son incompetence à faire cesser la violence.

Il s'ensuit un grand sentiment d'impuissance. Elle croit ne plus pouvoir un jour maîtriser sa propre vie. Elle est certaine que toute tentative pour s'en sortir est vouée à l'échec. Dès qu'elle envisage des solutions, elle anticipe les pires scénarios.

Il n'est pas surprenant que cette peur et cette insécurité permanente se traduisent en maux physiques et psychologiques. Sur le plan physique, elle peut ressentir des douleurs variées, des allergies, de l'insomnie, des troubles digestifs, sans compter les maux reliés aux séquelles des coups reçus. Sur le plan de la santé mentale, les conséquences s'expliquent par une hausse de la consommation de médicaments, une détresse psychologique élevée, un état de fatigue généralisée, des symptômes de dépression. Que la violence soit physique ou psychologique, il existe un lien réel entre les problèmes de santé et la violence conjugale.

La violence conjugale touche directement l'estime de soi des femmes. Plusieurs gardent le silence sur les agressions dont elles sont victimes. Elles vivent dans le secret, la honte et la solitude, avec en plus la peur du jugement de leur entourage. Pourtant, un soutien affectif sous forme d'écoute et d'échanges peut faire toute la différence et les aider à trouver des solutions pour reprendre le contrôle de leur vie.

En terminant, il ne faut surtout pas négliger l'impact que cette violence a sur les enfants qui y sont exposés. Nous vous invitons à surveiller notre prochain article sur ce sujet.

Si tu vis de la violence conjugale, n'hésite pas à nous contacter, nous pouvons t'aider.

L'équipe de la Maison Halte Secours

☎ 276-3965