



**Les conséquences des violences psychologiques par un  
partenaire intime :  
*Répercussions, jusqu'au suicide forcé***

Janvier 2023

Mouvement pour l'Égalité entre les Femmes et les Hommes

A. Poncette

## Les conséquences

L'agresseur utilisant la violence psychologique vise à blesser la victime. Or, cela fonctionne.

En plus des conséquences évidentes telles que l'isolement social, les répercussions sur la santé mentale et physique de la victime sont conséquentes.

D'abord, au moyen de l'emprise, l'agresseur prend peu à peu le contrôle de la vie de la victime dans toutes ses sphères (entourage, argent, travail, estime de soi, etc), jusqu'à son sentiment de dignité même. L'emprise désigne l'altération de l'état psychique de la victime, qui devient aliénée à elle-même<sup>1</sup>. On peut l'apparenter à la mainmise d'un dominant sur le psychisme de sa victime, qu'il a réussi à persuader du fait qu'il lui est absolument supérieur<sup>2</sup>. Cet état de sujétion a été repéré notamment dans le parcours de victimes de viols ou d'homicides<sup>3</sup>. Ce processus s'induit chez elle par la pression psychologique constante due à la violence qu'elle subit, même s'il s'agit de violences qui semblent inoffensives a priori, sauf lorsqu'elles sont prises et additionnées les unes aux autres. Il ne s'agit en effet pas ici de « dérapages » ponctuels mais de l'instauration d'une relation dominant-dominée. Ces violences répétées altèrent également le jugement critique et le libre-arbitre de la victime. Elle ne sait plus ce qu'elle tolère ou non, au point de ne plus savoir nommer ce qu'elle vit<sup>4</sup>.

D'ailleurs, les autres violences suivent la violence psychologique si l'agresseur veut encore affirmer son pouvoir. Les violences physiques arrivent au moment où les résistances psychiques de la victime ont cédé, quand l'emprise est déjà bien en place<sup>5</sup>. C'est pour cette raison qu'il est difficile pour une victime de violence physique par un partenaire intime de partir même s'il ne s'agit « que » de la première violence physique.

De plus, selon certains auteurs<sup>6</sup>, l'impact de la violence serait semblable pour des violences physiques et psychologiques ou pour des violences uniquement psychologiques.

Mais selon la psychiatre Marie-France Hirigoyen, et d'autres auteurs<sup>7</sup>, les agressions comme les conséquences d'ordre psychologique sont plus graves parce qu'elles laissent des marques pondéreuses, pourtant difficiles à repérer, et à soigner<sup>8</sup>.

Stark<sup>9</sup> va plus loin dans son travail sur le contrôle coercitif, en affirmant que ce n'est non pas la sévérité de la violence mais les facteurs du contrôle qui déterminent la douleur causée à la victime. L'auteur parle de crime contre la liberté de l'individu.

---

1 Psytel & MEFH. (2022). Guide européen sur les suicides forcés : Dispositif d'orientation pour les professionnel-le-s de première ligne. [https://m-egalitefemmeshommes.org/storage/docs/SF\\_Eur\\_Guide\\_format\\_220930\\_low.pdf](https://m-egalitefemmeshommes.org/storage/docs/SF_Eur_Guide_format_220930_low.pdf)

2 Tenenbaum, S. (2016). *Se libérer de l'emprise émotionnelle : Manipulateurs, pervers narcissiques, psychopathes... Protégez-vous des relations toxiques !* Leduc.s Editions. Paris, France.

3 Rome & Martinent, (2021), cités par Muller-Lagarde, Y. & Gruev-Vintila, A. (2022). Violences au sein du couple: Pour une consécration pénale du contrôle coercitif. *AJ Pénal*, 251-254.

4 Psytel & MEFH. (2022).

5 Psytel & MEFH. (2022).

6 Pico-Alfonso, M. A., Garcia-Linares, M. I., Celda-Navarro, N., Blasco-Ros, C., Echeburua, E., & Martinez, M. (2006). The Impact of Physical, Psychological, and Sexual Intimate Male Partner Violence on Women's Mental Health: Depressive Symptoms, Posttraumatic Stress Disorder, State Anxiety, and Suicide. Retrieved from <https://www.liebertpub.com/doi/pdf/10.1089/jwh.2006.15.599>

7 Coker & Smith, 2000 ; Pico-Alfonso, 2005, cités par Voyer, M., Delbreil, A., & Senon, J. L. (2014). Violences conjugales et troubles psychiatriques. *L'Information psychiatrique*, 90, 663-71. doi:10.1684/ipe.2014.1251

8 MEFH. (2023). Définition du suicide forcé: Ultime acte d'une victime de violence psychologique, et parfois physique, conjugale. <https://forcedsuicidedomesticviolence.eu/definition-2/>

9 2007, cité par St-Hilaire, N. (2014). La couverture médiatique de la violence psychologique en contexte conjugal de 1988 à 2012 [Mémoire doctoral]. Université d'Ottawa, Canada.

L'impuissance acquise est une autre conséquence des violences psychologiques par un partenaire intime. En effet, cette incapacité apprise résulte de l'exposition répétée d'une personne à la privation de contrôle sur sa vie et ses actions. Cette impuissance apprise se traduit par des baisses de performance mesurables à la réalisation de tâches. Au niveau cognitif, la personne a plus de mal à établir le lien entre ses propres actions et les conséquences de celles-ci, au niveau motivationnel, l'effort de la personne sera moindre que pour la moyenne, enfin au niveau émotionnel, les affects dépressifs augmentent chez ces personnes<sup>10</sup>.

L'objectification se produit lorsque les victimes perçoivent inconsciemment qu'elles sont dénuées de désirs, besoins, ressources propres, pour l'auteur des violences<sup>11</sup>. Plus la relation abusive dure dans le temps, plus la victime acceptera et assimilera l'image que lui renvoie l'agresseur<sup>12</sup>.

Les violences psychologiques sont, encore, associées à des symptômes sévères de dépression<sup>13</sup>.

L'état de stress post-traumatique est également prédit par le degré de violence psychologique et le harcèlement. Cela indépendamment des violences sexuelles pouvant aussi être subies<sup>14</sup>.

Les autres répercussions peuvent être d'ordre psychique, mais aussi physique. Par exemple, maux de tête persistants, problèmes dans les membres, troubles de l'estomac<sup>15</sup>, douleurs chroniques<sup>16</sup>, fatigue permanente<sup>17</sup>.

D'autant que la capacité à chercher une aide médicale et à se « l'offrir » peut être impactée par la violence vécue, résultant en une santé physique détériorée.

D'autres conséquences psychologique sont : déni, dissociation<sup>18</sup>, la surcharge de responsabilité<sup>19</sup>, la confusion, la destruction des compétences relationnelles<sup>20</sup>, la peur<sup>21</sup>, faible estime de soi<sup>22</sup>, troubles du sommeil, anxiété, troubles sexuels, conduites sexuelles à risque, automutilations, abus de substances, troubles du comportement alimentaire, psychose, jusqu'au suicide<sup>23</sup>. Ce que l'on nomme aujourd'hui un suicide forcé.

## **Suicide forcé**

Cet acte ultime constitue l'aboutissement de tout processus de domination (jusqu'à l'anéantissement), une forme de sortie de la prison mentale instaurée par l'agresseur, mais et surtout,

---

10 Psytel & MEFH. (2022).

11 Kirkwood, 1993, cité par Lindsay, J. & Clément, M. (1998). La violence psychologique : sa définition et sa représentation selon le sexe. *Recherches féministes*, 11(2), 139–160. <https://doi.org/10.7202/058008ar>

12 Hoffman, 1984, citée par Lindsay, J. & Clément, M. (1998).

13 Voyer, M., Delbreil, A., & Senon, J. L. (2014).

14 Voyer, M., Delbreil, A., & Senon, J. L. (2014).

15 Stanley, 2008, cité par Terminé, S. (2020). La relation entre les types de violence et la satisfaction conjugale des couples du district de Béthanie de Pétiion-Ville, Haïti [Mémoire doctoral]. Université de Montemorelos, Mexique.

16 Psytel & MEFH. (2022).

17 EIGE. (2023). Understanding psychological violence against women : The need for harmonized definitions and data in the EU. Publications office of the European Union, Luxembourg.

18 Thompson, 1989, cité par Lindsay, J. & Clément, M. (1998).

19 Kirkwood, 1993, cité par Lindsay, J. & Clément, M. (1998).

20 James & MacKinnon, 2010, cités par St-Hilaire, N. (2014).

21 EIGE. (2023).

22 Mason, R., & O'Rinn, S. E. (2014). Co-occurring intimate partner violence, mental health, and substance use problems: a scoping review. Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4240863/pdf/GHA-7-24815.pdf>

23 Psytel & MEFH. (2022).

la conséquence psycho-traumatique la plus extrême des violences psychologiques<sup>24</sup>.

Le suicide forcé est à considérer comme un féminicide à part entière<sup>25</sup>.

En 2017, ont été dénombrées au moins 1136 femmes européennes victimes de ce type de suicide<sup>26</sup>. Cette estimation a été réalisée en considérant l'hypothèse la plus basse, c'est-à-dire que 11% des suicides sont attribuables aux violences par un partenaire intime. Ainsi, en Belgique, le nombre de suicides forcés était de 52 en 2017, ce qui double le chiffre des féminicides au sein du pays<sup>27</sup>.

En effet, les chiffres parlent d'eux-mêmes : 22,3% des femmes ayant subi des violences psychologiques avaient eu des idées noires dans les deux dernières semaines, en comparaison avec 14,5% de celles n'ayant pas vécu de telles violences. Les tentatives de suicides sont 4 fois plus le fait de femmes victimes de harcèlement au sein du couple que de femmes ne connaissant pas ce type de situation<sup>28</sup>.

La France est le seul pays européen à reconnaître la notion dans sa législation (depuis juillet 2020)<sup>29</sup>.

Afin de mieux appréhender le phénomène, une autopsie psychologique devrait être mise en œuvre pour chaque suicide de femme où la question, à envisager systématiquement, de violences au sein du couple est une hypothèse probable<sup>30</sup>.

Pour la prévention, les violences psychologiques elles-même doivent en faire l'objet. Au travers du dépistage entre autres, tout en luttant contre la banalisation de ces violences<sup>31</sup>.

Un autre levier peut être la promotion de l'empathie pour des relations sociales, et notamment intimes, harmonieuses<sup>32</sup>.

Enfin, pour Marie-France Hirigoyen, il faut ériger la violence psychologique en un délit, tout en capitalisant sur la formation des intervenants tels que ceux du judiciaire et du policier<sup>33</sup>.

C'est ainsi que la convention d'Istanbul (Convention du Conseil de l'Europe sur la prévention et la lutte contre la violence à l'égard des femmes et la violence domestique) adoptée le 11 mai 2011 l'article 33 sur la violence psychologique qui érige en infraction pénale le « *fait, lorsqu'il est commis intentionnellement, de porter atteinte à l'intégrité psychologique d'une personne par la contrainte ou les menaces* »<sup>34</sup>.

A ce jour, le Danemark, l'Espagne, la France, l'Irlande et la Hongrie, ont une loi cadrant la violence psychologique par un partenaire intime<sup>35</sup>.

24 Psytel & MEFH. (2022).

25 Psytel & MEFH. (2022).

26 EIGE. (2023).

27 Psytel & MEFH. (2022).

28 INED, 2015, cité par Psytel & MEFH. (2022).

29 Psytel & MEFH. (2022).

30 Psytel & MEFH. (2022).

31 Lavoie, F. (2005). La violence psychologique dans le couple. In M.-H. Gagné (Ed.). *Violences psychologiques : comment les prévenir dans différents contextes de vie? Actes de symposium, 27e congrès annuel de la Société québécoise de recherche en psychologie, 19 mars 2005, Mont-Ste-Anne, Québec. ISBN 2-89497-060-9, 80 pages.* Diffusé par le Centre JEFAR, Université Laval. pp. 33-50.

32 Lavoie, F. (2005).

33 Psytel & MEFH. (2022).

34 Psytel & MEFH. (2022).

35 EIGE. (2023).

**Plus d'informations** sont disponibles sur <https://forcedsuicidedomesticviolence.eu/>, ainsi que le guide européen, téléchargeable sur le site.