



Les violences psychologiques par un partenaire intime :
A la base des violences de genre au sein du couple

Janvier 2023

Mouvement pour l'Égalité entre les Femmes et les Hommes

A. Poncette

Aspect des violences conjugales peu étudié¹, la violence psychologique n'est pas toujours prise en compte ou bien comprise. Le concept serait tout jeune, apparu dans les années 80 afin de le distinguer des agressions d'ordre physique parmi les comportements dommageables pour la personne qui les subit². Éclairons au mieux notre lecteur.

Une définition

Avant de définir, et par là tenter d'objectiver le concept, rappelons que toute tentative de délimiter la violence implique l'utilisation de capacités de jugement tant ce qui est considéré comme acceptable ou non peut varier en fonction de facteurs culturels³.

Plusieurs chercheur·se·s ont proposé une définition de la violence psychologique. Le consensus n'est néanmoins pas encore atteint⁴. Une recherche portant spécifiquement sur la question propose de définir la violence psychologique de cette manière :

« La violence psychologique en contexte conjugal est un comportement intentionnel et répétitif qui s'exprime à travers différents canaux de communication (verbal, gestuel, regard, posture, etc.) de façon active ou passive, directe ou indirecte dans le but explicite d'atteindre (ou de risquer d'atteindre) l'autre personne et de la blesser sur le plan émotionnel. »⁵

Différents éléments permettent ainsi d'éclairer ce qui est visé par le concept. Passons les en revue afin de clarifier chacun d'eux.

D'abord, l'intentionnalité du comportement est soulignée par les auteur·e·s. Il s'agit bien, pour Thompson⁶, d'un processus conscient, alors même que cela n'est statistiquement reconnu que par les femmes, lorsque le comportement en question les concerne⁷.

Les auteur·e·s ont ajouté ensuite que le comportement devait se répéter. Cela permet de discerner déjà une certaine frontière entre violence psychologique liée à une forte réaction émotionnelle ou à un cas de légitime défense, et la véritable violence psychologique par un partenaire intime, qui se rejoue constamment⁸, ainsi qu'orientée vers tout domaine de la vie de la victime⁹. La résultante de cette répétition continue d'actes de violences psychologiques est le contrôle coercitif¹⁰. Une partie spécifique à la différenciation entre conflit et violence conjugal·e est trouvable un peu plus loin dans ce texte.

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

2 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>

3 OMS, 2002, citée par 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.

4 Brassard & Donovan, 2006; Gagné & Bouchard, 2000 cité·e·s par Turmel, S. (2016). Les indicateurs de sévérité de la violence psychologique : Analysés à partir du niveau de détresse exprimée par des adolescents utilisateurs du service Tel-Jeunes [Mémoire doctoral]. Université Laval, Canada.

5 Lindsay, J. & Clément, M. (1998).

6 1989, cité par Lindsay, J., & Clément, M. (1998).

7 Lindsay, J., & Clément, M. (1998).

8 Chang, 1996, citée par St-Hilaire. (2014).

9 Lindsay, J. & Clément, M. (1998).

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

Les actions mises en cause peuvent aussi être verbales ou non-verbales. Les premières se réfèrent à la dévalorisation constante du partenaire victime via insultes, menaces, ordres, hurlements et autres paroles blessantes¹¹. Ces actions-là constitue ce que l'on appelle en fait la violence verbale. La seconde catégorie d'actions comprend tout geste dégradant tels qu'ignorer, négliger, détruite des biens symboliques appartenant à la victime¹², ou encore restreindre les déplacements et les fréquentations¹³.

Encore, ces comportements peuvent s'avérer actifs comme passifs. Sont donc incluses les agressions psychologiques comme les négligences des besoins psychologiques et affectifs. Ces dernières sont particulièrement préjudiciable pour un autre public: les enfants. Pour les enfants d'ailleurs, l'exposition aux violences conjugales est entendue comme une violence psychologique¹⁴.

Un comportement peut aussi être direct ou indirect, c'est-à-dire qu'il vise la victime frontalement ou d'une manière détournée, allant d'une allusion auprès de quelqu'un d'autre à l'agressivité dirigée sur un bien de la victime par exemple.

Enfin, l'objectif du comportement visé est toujours d'occasionner du tort psychique à l'autre. Le geste visera l'identité ou la confiance en elle de la victime¹⁵ de façon d'ailleurs à ce que cette dernière pense son intégrité menacée¹⁶.

Le concept recouvre donc un large champ, et diverses appellations peuvent d'ailleurs se croiser et se confondre : maltraitance psychologique, abus psychologique, abus émotionnel, négligence affective, cruauté mentale, meurtre de l'âme, et cetera¹⁷. Garbarino et ses collaborateurs (1986) justifient la pertinence du terme « violence psychologique » parce qu'il renvoie à la fois à des aspects cognitifs et affectifs¹⁸.

La violence psychologique à ainsi trait à un panel de comportements conséquent. On peut citer l'indifférence, le rejet, l'isolement, l'agression verbale, le dénigrement, les menaces d'abus, l'intimidation, l'exploitation, la corruption¹⁹, les critiques continuelles, la manipulation, le refus de montrer le plaisir ressenti²⁰, l'humiliation, le fait de jouer de manière menaçante avec une arme, l'isolement, l'utilisation des enfants contre la personne, le mensonge, le sarcasme, le mépris²¹, la dégradation, le contrôle, le blâme, la privation intentionnelle, la surresponsabilisation, la déresponsabilisation, la négation d'un état ou d'une condition, la bouderie, l'agression des enfants, le harcèlement, le ridicule²². Ce dernier type d'abus serait d'ailleurs le plus destructeur pour la victime, tant il atteint profondément l'estime de soi de la victime et sa capacité à se sentir bien avec autrui²³. En effet, se sentir ridicule confine au sentiment d'anéantissement, il s'agirait d'une offense

11 MSSS, 1995, cité par Shaw-Cloutier, A.-A. (2019). Analyse longitudinale des associations dyadiques entre les traits psychopathiques et la violence psychologique chez des couples de la communauté [Mémoire doctoral]. Université Laval, Canada.

12 Wright et al., 2008, cités par Shaw-Cloutier, A.-A. (2019)

13 MSSS, 1995, cité par Shaw-Cloutier, A.-A. (2019)

14 Comité d'experts sur la révision de la Loi sur la protection de la jeunesse, 2004; Gagné, Lavoie, & Fortin, 2003 cité-e-s par Turmel, S. (2016)

15 Welzer-Lang, 1992, cité par Lindsay, J. & Clément, M. (1998).

16 Hoffman, 1984, citée par Lavoie, F. (2005).

17 Doyle, 1997; Hart & Brassard, 1987 cité-e-s par Turmel, S. (2016)

18 Lindsay, J. & Clément, M. (1998).

19 Turmel, S. (2016)

20 Engel 1990, cité par Lindsay, J. & Clément, M. (1998).

21 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

22 Lindsay, J. & Clément, M. (1998).

23 Follingstad, et al. (1990), cités par Lindsay, J. & Clément, M. (1998).

inégalable, mortelle, au Moi²⁴. D'après les victimes elles-mêmes, le mal occasionné à l'animal serait le plus dur à vivre parmi toutes les formes que peuvent prendre la violence psychologique²⁵.

La variété de ces comportements peut être organisée selon différentes composantes clés de l'abus psychologique.

Par exemple, Follingstad et DeHart²⁶ questionnent 500 professionnels de la psychologie pour tirer 5 regroupements distincts au sein de la violence psychologique : les menaces à la santé physique, les atteintes à la liberté, la déstabilisation, le contrôle et les comportements inaptes. Ce dernier point ne fait néanmoins pas consensus puisqu'environ 25% des psychologues interrogés ne classent pas les comportements comme le refus d'aller à des activités importantes pour la personne, ne pas laisser conduire, refuser de parler d'un problème, ne pas respecter ses promesses, ou ne pas faire sa part dans les travaux à la maison, comme constituant pleinement des comportements violents. Pour d'autres, les formes plus subtiles de la violence sont des précurseurs de violences plus sévères et sont d'importance lorsque l'on souhaite se préoccuper de prévention²⁷.

En utilisant la théorie ancrée, Thompson²⁸ en dénombre 5 : L'intimidation, l'humiliation, la privation, la manipulation et le contrôle de l'autre, ce dernier unifiant les composantes et étant à la base de la violence psychologique.

Tolman²⁹, au moyen d'une analyse factorielle, différencie les éléments entre facteur « verbal-émotif » et facteur « domination-isolement ».

Nous mentionnerons encore la typologie d'Hoffman³⁰, abordant notamment le concept de traitement silencieux, qui contient 21 catégories de violence psychologique.

Outre ces catégorisations, Mazet, Rabain, Downing et Wendland³¹ avancent l'hypothèse selon laquelle le déni de la subjectivité de l'autre serait au cœur du concept de violence psychologique. La victime donc ne serait ainsi pas reconnue dans sa réalité, son vécu et ses besoins. Autrement dit, chaque déni de reconnaissance constituerait en soi une violence psychologique.

Évidemment, une violence n'est pas égale à l'autre, allant d'une violence « mineure » à ce que l'on pourrait alors désigner comme de la cruauté mentale³². De là, nous pouvons comprendre que d'après les femmes victimes, la violence psychologique serait plus douloureuse que la violence physique³³. Ajoutons que le phénomène des nouvelles technologies a cet effet pervers de faciliter la commission de violences psychologiques³⁴.

24 Moritz, 1986, cité par Todorov, T. (2013). Sous le regard des autres. In C. André, P. Braud, J.-P. Brun, V. Duviard-Marsan, N. Fraser, L. Friedmann, A. Honneth, J. Ion, E. Renault, F. de Singly, T. Todorov, C. Halpern, J.-F., Dortier, & M. Fournier (Eds.). *La reconnaissance : Des revendications collectives à l'estime de soi* (pp.18-29). Sciences Humaines.

25 Follingstad, et al. (1990), cités par Lindsay, J. & Clément, M. (1998).

26 2000, cités par Lavoie, F. (2005).

27 Lavoie, F. (2005).

28 1989, cité par Lindsay, J. & Clément, M. (1998).

29 1989, cité par Lavoie, F. (2005).

30 1984, citée par Lavoie, F. (2005).

31 (2002). Le déni de l'intersubjectivité dans les interactions précoces comme paradigme de la violence psychologique. *Neuropsychiatrie de l'enfance et de l'adolescence*, 50, 424-428.

32 Regroupement provincial des maisons d'hébergement et de transition pour femmes victimes de violence conjugale, 1990, cité par Lavoie, F. (2005).

33 Walker 1984; Ferraro 1979; NiCarthy 1986; Yllô et Bograd 1988, cités par Lindsay, J. & Clément, M. (1998).

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

Pour caractériser les relations violentes psychologiquement, Chang³⁵ a mis au point 5 types d'éléments : 1) la victime est obligée de s'adapter à l'autre (en se soumettant par exemple), 2) des messages contradictoires sont envoyés à la victime par l'agresseur, 3) des agressions verbales minant sa valeur sont subies par la victime, 4) L'agresseur utilise le silence pour parfaire son contrôle, 5) il existe un manque d'empathie et de soutien émotionnel envers la victime, même lorsqu'elle le demande. Au moins trois de ces points se retrouvent de façon routinière dans les relations où il y a violence psychologique par un partenaire intime.

Chiffres

Selon l'étude sur 10 pays de l'OMS³⁶, entre 20 et 75% des femmes avaient été maltraitées psychologiquement au moins une fois. En 2014, 43% de femmes européennes affirment avoir été victime de violence psychologique de la part d'un partenaire. Il s'agissait d'humiliation dans 25% des cas, de menaces de violences physiques pour 14% d'entre elles, et de séquestration pour 5% d'entre elles. De plus, une femme sur 10 aurait été victime de stalking (traque furtive) dans les suites d'une rupture, et cela durant plus de deux ans pour 20% de ces femmes³⁷. Les risques sont plus importants pour les femmes de moins de 30 ans, porteuses de handicap, réfugiées et demandeuses d'asile, ou non hétérosexuelles³⁸. Les femmes avec enfant(s) en bas âge sont plus à risque que leur(s) enfant(s) soi(en)t utilisé(s) pour les blesser³⁹.

Selon l'enquête sur la violence envers les femmes de 1993⁴⁰, les trois comportements les plus déclarés par les femmes sont la jalousie, le dénigrement, ainsi que le fait de devoir rendre compte d'où et d'avec qui elles se trouvent.

Une autre étude d'intérêt a montré une corrélation négative significative entre âge et violence psychologique au sein du couple, entre absence d'emploi et violence psychologique subie, ainsi qu'une diminution de la satisfaction maritale avec la violence psychologique dans le couple⁴¹. Encore, selon Shaw-Cloutier⁴², il existe une association entre traits psychopathiques et violence psychologique commise au sein du couple, bien qu'elle soit faible.

Pourquoi parler des femmes, demanderez-vous. En effet, un phénomène nommé « violence mutuelle »⁴³ tend à être largement accepté. Selon les données disponibles⁴⁴, les femmes autant que les hommes de la population générale font usage de violences psychologiques au sein du couple. Par exemple, environ une personne vivant aux États-Unis sur deux dit avoir été victime de violence psychologique au cours de sa vie. Les chiffres atteignent 83% dans les couples québécois évalués par Godbout et ses collaborateurs⁴⁵. Ce constat, établi depuis une trentaine d'années, repose néanmoins sur un élément de mesure caché : Le fait que les femmes sont victimes d'agressions

35 1996, citée par St-Hilaire. (2014).

36 2005, citée par St-Hilaire, N. (2014).

37 European Union Agency for Fundamental rights. (2014), citée 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

38 European Institute for Gender Equality, (2022), cité par EIGE. (2023).

39 EIGE. (2023).

40 citée par St-Hilaire, N. (2014).

41 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.

42 (2019).

43 Shaw-Cloutier, A.-A. (2019).

44 Gómez & Montesino, 2014; Hines & Saudino, 2003; Lafontaine, Brassard, & Lussier, 2008; Testa *et al.*, 2011 ; cités par Shaw-Cloutier, A.-A. (2019).

45 2009, cités par Lussier, Y., Brassard, A., Godbout, N., Sabourin, S., Wright, J., & Dutton, D. (2013). La violence conjugale : Paramètres utiles pour l'évaluation et l'intervention. *Cahier recherche et pratique*, 3, 8-13.

psychologiques plus graves⁴⁶, même si la fréquence des actes sans distinction de sévérité reste la même entre les deux sexes. Une autre question à investiguer serait alors : « Dans quelle mesure la violence psychologique des femmes est une contre-violence ? ». Aussi, la différenciation entre conflit et violence dans le couple a probablement sa place dans ce débat.

Différencier disputes et violence par un partenaire intime

Un aparté du côté de la différenciation entre conflit de couple et violence par un partenaire intime s'avère pour ce sujet indispensable. En effet, la violence psychologique en tant que telle peut avoir lieu dans ces deux circonstances bien différentes.

Il existe 4 éléments permettant d'opérer le distinguo entre une voir plusieurs disputes de couple et la véritable violence commise au sein du couple par un agresseur sur une victime⁴⁷.

D'abord, l'intention de l'agresseur est cruciale. Dans le cas de la violence conjugale, son intention le plus souvent implicite est d'asseoir son pouvoir sur l'autre, de le contrôler⁴⁸. Dans le cas d'un simple différend, il s'agit surtout de faire entendre son point de vue sur une question précise, et ce, pour les deux acteurs en présence.

Ensuite, les justifications de l'agresseur dans le cas de violence ne sont pas tournées vers lui. En effet, l'auteur ne cherche pas sa responsabilité, contrairement à la situation de conflit où chacun assume la responsabilité de ses actes.

Troisièmement, l'impact sur la victime sera important en cas de violence par un partenaire intime. Notamment, une peur durable s'installera et poussera la personne à éviter toute friction pouvant mener à des nouvelles violences. Dans le cas d'un conflit au sein du couple, les deux acteurs n'ont pas peur d'occasionner de nouveaux différends.

Enfin, la diversification et la répétition des actes violents implique qu'il s'agit de violence par un partenaire intime. La violence psychologique reste ponctuelle si elle n'a lieu que lors d'une dispute.

Ainsi, la thérapie de couple peut être envisagée uniquement dans le cas de violence psychologique tenant à des conflits au sein du couple (et si la personne n'est pas en état de grande vulnérabilité psychologique)⁴⁹.

La thèse de la symétrie de la violence (entre les deux sexes) peut être prise pour vraie uniquement quand il s'agit de violence mineure et peu fréquente. L'objectif des actes de violence dans ce cadre n'est pas le pouvoir ou le contrôle. En effet, seules les femmes rapportent avoir vécu des violences sévères, chroniques, avec contrôle recherché par l'agresseur et peur pour sa vie. De plus, les femmes ont été victimes de violences plus diversifiées dans leurs formes⁵⁰. Johnson (dans divers écrits de 1995 à 2011 et avec Kelly en 2008)⁵¹ propose les termes respectivement de violence situationnelle, et de terrorisme intime. Il y ajoute la résistance violente, réaction à la violence perpétrée par l'autre.

Souvent, la violence psychologique contre les femmes au sein du couple précède et a lieu dans le même temps que d'autres types de violence (physique, économique, sexuelle)⁵².

46 Statistique Canada, (2005), citée par Lussier, Y., Brassard, A., Godbout, N., Sabourin, S., Wright, J., & Dutton, D. (2013).

47 MEFH, (2023). Comment différencier dispute(s) et violence conjugale ? www.m-egalitefemmeshommes.be

48 Psytel & MEFH. (2022).

49 Lussier, Y., Brassard, A., Godbout, N., Sabourin, S., Wright, J., & Dutton, D. (2013).

50 Ansara & Hindin, 2010, cités par St-Hilaire, N. (2014).

51 Cité par St-Hilaire, N. (2014).

52 European Institute for Gender Equality, (2022), cité par EIGE. (2023).

D'ailleurs, les comportements de violence psychologique dans le cadre de VPI contre les femmes s'organisent de façon stéréotypée. En effet, les attaques, qu'elles soient de l'ordre du dénigrement, de l'humiliation, du chantage, ou autre, ont la caractéristique de porter la plupart du temps sur les rôles attendus de la femme en tant que mère, épouse, amante, etc (pour ne pas dire la *bonniche*)⁵³. Ce constat tient de preuve une fois de plus au fait que la VPI est basée sur les inégalités inhérentes à la société patriarcale dans laquelle nous vivons tous.

La convention du Conseil de l'Europe sur la prévention et la lutte contre la violence à l'égard des femmes et la violence domestique, dite Convention d'Istanbul, stipule que le terme « violence à l'égard des femmes » constitue une discrimination en fonction du sexe et doit être comprise comme une violation des droits humains. Cela désigne tout acte de violence fondée sur le genre et susceptible d'entraîner pour les femmes des dommages de nature physique, sexuelle, économique ou psychologique⁵⁴. La violence psychologique est une forme commune de violence basée sur le genre⁵⁵.

Le travail de prévention sur les perceptions traditionnelles des rôles dévolus à chacun des sexes reste dès lors indispensable⁵⁶.

Et en ce qui concerne la violence psychologique, la prévention suppose l'attention aux formes subtiles de cette violence⁵⁷ qui paraissent s'opposer finalement aux valeurs d'égalité, équité et soin⁵⁸.

53 Lindsay, J. & Clément, M. (1998).

54 Psytel & MEFH. (2022).

55 Conseil de l'Europe, (2011), cité par EIGE. (2023).

56 Lindsay, J. & Clément, M. (1998).

57 Jones, Davidson, Bogat et al., à paraître, cités par Lavoie, F. (2005).

58 Jory, 2004, citée par Lavoie, F. (2005).