

VIDEO 4

Crescendo

Cette vidéo exemplifie l'escalade de la violence et les phénomènes d'emprise et de manipulation.

Elle montre comment les violences augmentent petit à petit et agissent en cycle avec des phases de culpabilisation et d'apaisement.

Elle est également intéressante pour questionner ce qui est normal ou non dans un couple et dans la relation à l'autre et différencier ainsi l'intérêt, l'amour de la violence.

BRISONS LE SILENCE !

FEMME - 30/40 ANS

VIOLENCES

Psychologiques

Physiques

THÉMATIQUES

Rôle de la police

Rôle des témoins

Présence d'enfant

Cycle de la violence

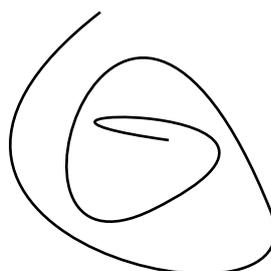
«Et c'est là, où lui, il a changé. Il est devenu gentil, attentionné, pour que je lui pardonne.»

LUNE DE MIEL

MONTÉE DE LA TENSION

«Et puis c'est monté, petit à petit, verbalement, et un jour, c'est parti par les gestes. Il m'a...Il m'a cassé la figure.»

EXPLOSION DE LA VIOLENCE



RÉCUPÉRATION

«Dès que je m'imposais trop ou que je reprenais de la force, il fallait qu'il tape un coup fort pour que je redescende.»

TEXTE COMMENTÉ

Au départ, c'était la relation sauveur-sauvé. Il voulait me soutenir, il était là. On faisait plein de trucs sympas. C'est vrai. Et quand j'ai commencé à vouloir sortir, à vouloir voir du monde, j'ai senti que ça ne passait pas.

Il fallait tout faire ensemble. Je me suis dit OK, peut être que c'est parce qu'il m'aime beaucoup. J'étais à chaque fois entre me dire, « c'est de l'abus », « et puis, non, c'est de l'amour en fait ». Longtemps j'ai oscillé entre les deux.

Après, il y a des mots qui sont arrivés, des engueulades de plus en plus fortes. Je tentais de m'adapter au mieux à sa manière de fonctionner pour éviter le conflit mais je sentais que ça augmentait en fréquence et en intensité. A ce moment-là, j'aurais jamais pensé qu'il pourrait passer le cap de la violence physique.

Et puis c'est monté, petit à petit, verbalement, et un jour, c'est parti par les gestes. Il m'a...Il m'a cassé la figure. Vraiment. Pendant trois semaines, je ne suis pas sortie de la maison. J'étais défigurée. J'avais une triple fracture et éclatement des os sur la main droite. Il ne fallait pas qu'on me voie. Ça l'arrangeait bien aussi. Et c'est là, où lui, il a changé. Il est devenu gentil, attentionné, pour que je lui pardonne. Et que je ne parle pas, certainement. J'avais l'impression de vivre hors de moi-même. J'étais totalement perdue, vidée, fatiguée.

Je ne pouvais pas voir mes enfants avec la tête que j'avais alors ils restaient en sécurité chez mon ex-mari. Leur père, pas l'auteur des violences. Je perdais pied. Je me persuadais qu'il avait pris conscience de ses actes et que ça n'allait plus arriver.

On peut tous faire une erreur et si on s'en rend compte et qu'on change, ok, je pardonne. C'est ce que j'ai fait. J'ai effacé les photos que j'avais. J'ai jeté le dossier médical et celui de la police. Parce qu'il disait : « Pour passer à autre chose, c'est peut-être mieux si on se débarrasse de tout ». Lui, il a gardé ses photos sans me dire. Il avait un bleu sous l'œil et une griffure. Il est très intelligent. Sournois. C'est un vrai manipulateur. Qu'est-ce que je pouvais faire ? Je ne travaillais pas. Je n'avais rien. Impossible de partir.

Si j'essayais de sortir, il se fâchait fort, ou alors c'était l'inverse, il pleurait. Dès que je m'imposais trop ou que je reprenais de la force, il fallait qu'il tape un coup fort pour que je redescende, pour qu'il puisse avoir de nouveau de l'emprise sur moi. Je savais que je ne pouvais pas rester dans cette situation. J'ai deux enfants, c'était à moi de bouger. L'assistante sociale, elle sentait déjà des choses. Un vendredi, elle m'a donné le numéro d'un centre d'accueil. Le lundi matin, il se lève et part au travail. Moi je prends le numéro et j'appelle.

Quand je suis arrivée et que j'ai raconté mon histoire, ils m'ont dit : «Vous avez le droit de ne pas rentrer. On a une chambre pour vous. Vous pouvez rester ici le temps qu'il vous faut ». Ça m'a aidé à prendre confiance, à me relever. Je me suis privée de voir mes enfants pendant plus de six mois. Je les ai revus physiquement seulement quand je suis arrivée dans mon nouvel appartement.

J'ai un certain bagage, mais je refuse que ça définisse toute ma vie et mon avenir. Ça je le porte mais la honte je refuse. La honte c'est à lui de la porter. Le plus dur, c'est juste de partir. Après on communique de nouveau avec des gens. Quand on vit de la violence physique ou psychologique, on est isolé. C'est une des raisons pour lesquelles la violence fonctionne. Parce qu'on est isolé.

TEXTE

Au départ, c'était la relation sauveur-sauvé. Il voulait me soutenir, il était là. On faisait plein de trucs sympas. C'est vrai. Et quand j'ai commencé à vouloir sortir, à vouloir voir du monde, j'ai senti que ça ne passait pas.

Il fallait tout faire ensemble. Je me suis dit OK, peut être que c'est parce qu'il m'aime beaucoup. J'étais à chaque fois entre me dire, « c'est de l'abus », « et puis, non, c'est de l'amour en fait ». Longtemps j'ai oscillé entre les deux.

Après, il y a des mots qui sont arrivés, des engueulades de plus en plus fortes. Je tentais de m'adapter au mieux à sa manière de fonctionner pour éviter le conflit mais je sentais que ça augmentait en fréquence et en intensité. A ce moment-là, j'aurais jamais pensé qu'il pourrait passer le cap de la violence physique.

Et puis c'est monté, petit à petit, verbalement, et un jour, c'est parti par les gestes. Il m'a...Il m'a cassé la figure. Vraiment. Pendant trois semaines, je ne suis pas sortie de la maison. J'étais défigurée. J'avais une triple fracture et éclatement des os sur la main droite. Il ne fallait pas qu'on me voie. Ça l'arrangeait bien aussi. Et c'est là, où lui, il a changé. Il est devenu gentil, attentionné, pour que je lui pardonne. Et que je ne parle pas, certainement. J'avais l'impression de vivre hors de moi-même. J'étais totalement perdue, vidée, fatiguée.

Je ne pouvais pas voir mes enfants avec la tête que j'avais alors ils restaient en sécurité chez mon ex-mari. Leur père, pas l'auteur des violences. Je perdais pied. Je me persuadais qu'il avait pris conscience de ses actes et que ça n'allait plus arriver.

On peut tous faire une erreur et si on s'en rend compte et qu'on change, ok, je pardonne. C'est ce que j'ai fait. J'ai effacé les photos que j'avais. J'ai jeté le dossier médical et celui de la police. Parce qu'il disait : « Pour passer à autre chose, c'est peut-être mieux si on se débarrasse de tout ». Lui, il a gardé ses photos sans me dire. Il avait un bleu sous l'œil et une griffure. Il est très intelligent. Sournois. C'est un vrai manipulateur. Qu'est-ce que je pouvais faire ? Je ne travaillais pas. Je n'avais rien. Impossible de partir.

Si j'essayais de sortir, il se fâchait fort, ou alors c'était l'inverse, il pleurait. Dès que je m'imposais trop ou que je reprenais de la force, il fallait qu'il tape un coup fort pour que je redescende, pour qu'il puisse avoir de nouveau de l'emprise sur moi. Je savais que je ne pouvais pas rester dans cette situation. J'ai deux enfants, c'était à moi de bouger. L'assistante sociale, elle sentait déjà des choses. Un vendredi, elle m'a donné le numéro d'un centre d'accueil. Le lundi matin, il se lève et part au travail. Moi je prends le numéro et j'appelle.

Quand je suis arrivée et que j'ai raconté mon histoire, ils m'ont dit : «Vous avez le droit de ne pas rentrer. On a une chambre pour vous. Vous pouvez rester ici le temps qu'il vous faut ». Ça m'a aidé à prendre confiance, à me relever. Je me suis privée de voir mes enfants pendant plus de six mois. Je les ai revus physiquement seulement quand je suis arrivée dans mon nouvel appartement.

J'ai un certain bagage, mais je refuse que ça définisse toute ma vie et mon avenir. Ça je le porte mais la honte je refuse. La honte c'est à lui de la porter. Le plus dur, c'est juste de partir. Après on communique de nouveau avec des gens. Quand on vit de la violence physique ou psychologique, on est isolé. C'est une des raisons pour lesquelles la violence fonctionne. Parce qu'on est isolé.

BRISONS LE SILENCE !



www.brisonslesilence.ch

Valérie Vuille

valerie.vuille@decadree.com

Directrice DécadréE

Responsable du pan pédagogique de Brisons le silence

décadré
pour l'égalité dans les médias **E**

**NOUS
PR****ND.**