

VERBATIM ÉCOUTE FRA1103 LA VIOLENCE CONJUGALE

Mesdames et messieurs, bonjour. Ici Michel Bérubé sur les ondes de radio Montérégie. Aujourd'hui, à l'émission À votre santé, nous discuterons d'un problème social important : la violence conjugale. Pour ce faire, nous recevons dans notre studio, Martine Hébert, qui est psychologue et intervenante dans un centre d'hébergement.

Eh bien non, certains actes de violence sont de nature criminelle. Le fait de croire que la violence conjugale est privée condamne les victimes à rester sous l'emprise de leur agresseur. Alors aujourd'hui, nous verrons qu'il y a toujours une solution pour briser le cycle de la violence. Mais pour commencer, dites-nous, madame Hébert, comment reconnaître une victime?

Mme Hébert : Dans la majorité des cas, la victime est une femme et l'agresseur, son conjoint actuel ou son ex-conjoint. Les victimes proviennent de tous les groupes d'âge et de tous les milieux sociaux économiques. La personne peut présenter des blessures, des marques, des cicatrices, mais la violence verbale et la violence psychologique ne laissent pas de traces apparentes. Dans ce cas, on repère plutôt le comportement de l'agresseur. Un conjoint qui critique continuellement sa partenaire, qui lui interdit de fréquenter ses amis ou sa famille, qui contrôle ses sorties et sa façon de s'habiller, qui menace de se suicider si sa conjointe le quitte, etc.

M. Bérubé : Alors que faire si on est victime de violence?

Mme Hébert : Le problème majeur pour les victimes, c'est qu'elles s'isolent, car elles ont peur ou qu'elles ont honte. Mais il est important de parler pour briser le mur du silence. Si vous êtes victime de violence et vous pensez que les choses vont s'arranger, malheureusement, vous vous trompez. En général, la situation se détériore au fil du temps. Alors n'attendez pas. Parlez. Confiez-

vous à des gens en qui vous avez confiance. Il faut oser en parler même si c'est pas facile. Il faut trouver de l'aide et des solutions. Si votre conjoint pose des actes de violence qui sont de nature criminelle, les policiers sont les premiers répondants. Ils sont formés pour intervenir auprès des victimes et des agresseurs. Vous pouvez aussi contacter l'organisme SOS violence conjugale 24 heures par jour, 7 jours par semaine au 1-800-363-9010. Vous pouvez aussi vous rendre dans un Centre de santé et de services sociaux ou dans un centre d'hébergement pour personnes victimes de violence.

M. Bérubé : Que faire si on est témoin de violence? Par exemple, si je vois le chum de mon amie qui pique une crise de colère, qui fait une crise de jalousie, que faire?

Mme Hébert : C'est pas facile de réagir. On est souvent mal à l'aise. On veut

pas se faire dire de se mêler de ses affaires. Mais dites-vous que votre soutien est vraiment précieux. Il faut montrer à la victime qu'on ne la juge pas et qu'on peut l'écouter. Il faut aussi dire à celui ou celle qui a un comportement violent, contrôlant, qu'on n'est pas d'accord avec sa façon d'agir, que la violence n'est jamais excusable. Si vous êtes un enfant et que vous êtes témoin de violence, vous pouvez appeler Tel-Jeunes. Un intervenant vous donnera des conseils.

M. Bérubé : Certains disent que ça ne sert à rien d'aider une femme parce qu'elle retournera avec son conjoint violent.

Mme Hébert : Les femmes violentées ne savent pas si elles doivent partir ou rester. Elles ont peur. Elles partent pour voir si elles peuvent survivre en dehors de leur couple et elles reviennent, car elles espèrent que leur conjoint change. Si une victime reçoit du soutien, elle finira par briser le cycle de la violence, car

elle constatera que son conjoint ne changera pas du jour au lendemain et que la relation est malsaine pour elle.

M. Bérubé : Parlons maintenant des agresseurs. Que faire si on pense avoir un comportement violent ou contrôlant?

Mme Hébert : Si vous voulez tout contrôler, si vous faites des crises de jalousie, si vous vous fâchez facilement, si vous humiliez votre copine ou votre copain, il faut d'abord reconnaître que vous avez un problème. C'est le premier pas vers la solution. Ensuite, il faut entreprendre des démarches pour modifier votre comportement. Si vous avez besoin d'aide, il ne faut pas avoir honte. Des personnes sont là pour vous aider. Vous pouvez leur faire confiance. Rendez-vous dans un Centre de santé et de services sociaux ou parlez-en à votre médecin. Il existe aussi un réseau pour venir en aide aux hommes. Ça s'appelle à Coeur d'hommes. Allez voir le site Internet.

M. Bérubé : Est-ce que la violence est une maladie?

Mme Hébert : Non. C'est un comportement choisi volontairement pour dominer et contrôler sa blonde ou son chum. La personne violente doit suivre une thérapie pour modifier son comportement. Il faut vouloir changer et faire des efforts. Cela peut parfois prendre des années.

M. Bérubé : Merci, madame Hébert, pour ces précieux conseils. Pour ceux qui souhaitent en savoir plus, vous trouverez de nombreux sites Internet, par exemple www.violenceconjugale.gouv.qc.ca ou www.aimersansviolence.com. Merci à tous les auditeurs d'avoir été des nôtres. À bientôt.