

LE CONTRÔLE COERCITIF

VÉCU PAR LES MÈRES



Refuge

pour les femmes de l'Ouest de l'île

West Island Women's

Shelter

TABLE DES MATIÈRES

1- LA COERCITION

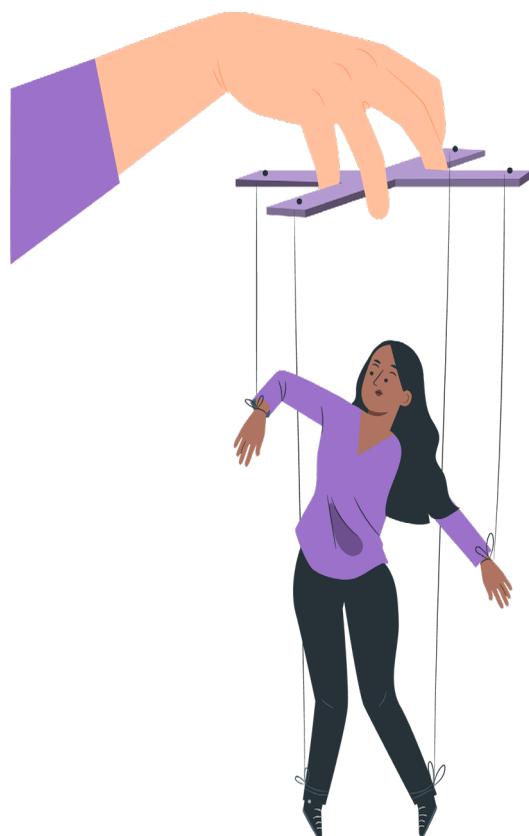
Coercition psychologique _____	P1
Coercition verbale _____	P1
Coercition économique _____	P2
Coercition physique _____	P2
Coercition sexuelle _____	P3
Violence post-séparation _____	P3

2 - LE CONTRÔLE

Tactique 1: Par la restriction de tes contacts et ceux de ta famille (isolement) _____	P4
Tactique 2: Par la critique _____	P4
Tactique 3: Par les relations mère-enfants et la fratrie _____	P5
Tactique 4: Par l'humeur, la colère et la menace _____	P5
Tactique 5: Par le moyen de l'argent _____	P5
Tactique 6: Par la protection et les "attentions" _____	P6
Tactique 7: Par la négation de tes perceptions (gaslight) _____	P6
Tactique 8: Par le non-respect de tes droits, de tes besoins et de tes opinions _____	P6



LE CONTRÔLE COERCITIF



La violence conjugale affecte les victimes bien au-delà de leur relation amoureuse. Comme tu as pu le constater, elle s'infiltrer dans la parentalité de la maman victime, dans son autorité parentale, dans sa relation avec ses enfants. En plus de toutes les formes qu'elle peut prendre, cette violence peut avoir un impact direct sur tes capacités à protéger tes enfants, à être disponible pour eux, à être un modèle positif, etc. L'abus vécu au quotidien amène aussi son lot de conséquences sur les enfants, les relations dans la fratrie et les dynamiques familiales.

Au-delà des actes violents que ton partenaire utilise, il peut y avoir un ensemble de règles et de dynamiques imposées par l'agresseur. Ces tactiques lui permettent de maintenir volontairement son pouvoir sur toi et sur les enfants. Elles créent des barreaux invisibles autour de toi et tu te retrouves malgré toi coincée dans une cage: tu doutes de toi-même, de tes capacités en tant que maman, tu es privée de liberté. C'est ce qu'on appelle le contrôle coercitif.

Nous croyons que cet exercice pourra t'aider à identifier et à verbaliser les tactiques utilisées par ton partenaire.

La première partie de cet exercice porte sur la coercition (moyens utilisés pour te blesser et t'intimider) et la deuxième sur le contrôle (tactiques permettant de t'isoler et d'exercer son pouvoir sur toi).



1 - LA COERCITION

Pour débiter, nous allons voir avec toi ce qu'est la coercition. Elle implique l'usage de la force ou de menaces afin de forcer une réaction chez une personne. C'est quelque chose de tangible et donc plus facile à reconnaître. Il s'agit de la première stratégie de contrôle coercitif établie par le conjoint violent.

La coercition peut prendre différentes formes. Nous les classons habituellement selon les 5 formes de violence conjugale: psychologique, verbale, économique, physique et sexuelle. Nous ajoutons aussi la violence post-séparation qui touche majoritairement les mamans décidant de mettre fin à leur relation abusive.

Les exemples peuvent être infinis. Nous t'en proposons quelques-uns. Des lignes vides sont ajoutées pour que tu écrives tes propres exemples.

COERCITION PSYCHOLOGIQUE

Elle vise ta valeur personnelle et ta confiance en tant que maman. Souvent, ces comportements peuvent t'amener à te percevoir comme étant une "mauvaise mère", te faire douter de tes capacités en tant que parent et te laisser dans un état où tu te sens incapable de prendre une décision appropriée pour le bien-être de ton enfant.

- Il te dénigre en tant que mère.
- Il dénigre les enfants.
- Il t'humilie devant les enfants.
- Il te traite de mauvais nom devant les enfants (conne, incapable, mère pitoyable, etc.).
- Il dit ouvertement aux enfants, ou sous-entend que tu ne les aimes pas.
- Il t'ignore lorsque tu parles ou ignore les enfants.
- Il demande aux enfants de t'ignorer ou de ne pas t'adresser la parole.
- Il t'accuse de vouloir briser la famille.
- _____

COERCITION VERBALE

En utilisant l'abus verbal, il tente de te faire craindre pour ta sécurité ou celle de ton/tes enfant(s) en te maintenant constamment dans un état de peur et d'insécurité physique:

- Il menace d'appeler la DPJ et de te faire perdre la garde des enfants.
- Il menace de prendre les enfants et que tu ne puisses plus jamais les revoir.
- Il menace de se suicider, de te tuer ou de tuer les enfants.
- Il hurle après toi et les enfants en sont témoins.
- Il hurle après les enfants et leur fait des menaces.
- _____



COERCITION ÉCONOMIQUE

Cette forme de violence lui permet de s'assurer que tu dépendes de lui et que tu ne gagnes pas en autonomie. C'est une forme de violence peu connue mais extrêmement répandue dans les couples où sévit la violence:

- Il fait en sorte de te rendre dépendante de lui pour toute dépense liée à la famille.
- Il te rend responsable de toutes les dépenses reliées à la famille ou aux enfants.
- Il contrôle tous les revenus familiaux, toute allocation familiale doit être déposées dans son compte.
- Toute dépense pour les enfants ou pour toi doit être justifiée auprès de lui.
- Il te donne peu ou pas d'argent pour t'assurer du bien-être et des activités des enfants.
- Il refuse de t'informer des revenus familiaux et des dépenses.
- Il te dit que sans lui, tu serais incapable de subvenir aux besoins matériels des enfants.
- _____

COERCITION PHYSIQUE

Le partenaire abusif peut utiliser certaines formes de violences physiques spécifiques dans le but de maintenir la peur et le contrôle dans la famille:

- Il est violent physiquement avec toi devant les enfants.
- Sans être devant eux, les enfants entendent les coups et les cris venant d'une autre pièce / durant la nuit.
- Les enfants sont témoins de bleus ou de blessures apparentes sur toi.
- Il t'intimide physiquement alors que tu as un enfant dans les bras.
- Il t'empêche physiquement d'atteindre ou d'aller voir ton enfant.
- Il t'attrape, te frappe, te pousse, t'étrangle alors que tu as un enfant dans les bras.
- Il utilise la punition physique avec les enfants ou te force à l'utiliser toi-même.
- Il est brusque physiquement avec les enfants ce qui te fait t'inquiéter pour leur sécurité physique.
- _____



COERCITION SEXUELLE

Certaines mères victimes de violence conjugale peuvent être agressées de différentes façons en lien avec leur sexualité ou leur corps:

- Il dit aux enfants que tu es une pute, salope, trainée.
- Il dit aux enfants que tu le trompes ou que tu l'as trompé par le passé.
- Il t'empêche d'utiliser la pilule contraceptive ou toute autre forme de contraception.
- Il te force ou il t'empêche de te faire avorter.
- Il t'empêche d'accoucher de la façon que tu le désires (ex: avec ou sans soulagement de la douleur, etc.)
- Il te touche de façon inappropriée devant les enfants et sans ton consentement.
- Il expose les enfants à de la pornographie, des actes ou commentaires sexuels.
- _____

VIOLENCE POST-SÉPARATION

Malgré la croyance populaire, la violence cesse rarement lorsque la relation se termine. Cette forme de violence est d'autant plus présente lorsque les deux ex-partenaires ont des enfants ensemble. En fait, suite à la séparation, l'agresseur tend à changer ses tactiques abusives car il ne possède plus le même accès à sa/ses victimes. L'instrumentalisation des enfants s'avère malheureusement une tactique efficace de coercition pour les hommes violents de maintenir leur pouvoir sur leur ex-partenaire:

- Il questionne les enfants par rapport à toi (par exemple, par rapport à tes nouvelles fréquentations, tes occupations, etc.)
- Il force les enfants à te surveiller, à lui rapporter tous les détails de votre quotidien.
- Ramène les enfants des visites : fatigués, malpropres, affamés.
- Il leur parle constamment de la possibilité qu'ils viennent habiter avec lui.
- Il leur donne de faux espoirs quant à la réunification familiale.
- Il se victimise, dit que tu es la raison de l'éclatement de la famille.
- Il anéantit ton autorité parentale en étant très permissif (pas de limites ni de discipline chez papa).
- Il abuse du système judiciaire dans le but d'augmenter son temps de garde ou les droits de visite.
- Il porte de fausses accusations contre toi à la DPJ.
- Il insiste pour prendre en charge les enfants, pour finalement les laisser sous la responsabilité d'une autre personne, ou simplement pas aux visites.
- Il refuse de te donner les informations liées aux enfants à leur bien-être.
- Il ne respecte pas le jugement de la garde établie.
- Il étire le temps ou profite des échanges pour te maintenir près de lui ou te harceler
- _____



2 - LE CONTRÔLE

Pour ce qui est du contrôle, il s'agit de la deuxième stratégie qu'utilise un homme violent. Le contrôle lui permet de te forcer à te soumettre de façon indirecte, à travers différentes tactiques, et forçant les enfants et toi à lui obéir. Ces règles imposées doivent être respectées en tout temps, et ce, même lors de son absence.

Ces tactiques ne constituent pas en soi des actes de violence ou des actes criminels, mais leur accumulation lui permet d'augmenter graduellement son emprise sur ses victimes. Les hommes violents disposent de multiples stratégies. Ici, nous avons répertorié 8 tactiques que nous croyons les plus courantes.

TACTIQUE 1: PAR LA RESTRICTION DE TES CONTACTS ET CEUX DE TA FAMILLE (ISOLEMENT)

- Il te fait sentir coupable de sortir de la maison seule ou avec les enfants.
- Il refuse que les enfants aient un téléphone, ce qui t'empêche de les contacter.
- Il refuse que les enfants apprennent ta langue maternelle.
- Il t'accuse constamment devant les enfants de le tromper.
- Il t'empêche d'utiliser le véhicule pour les activités des enfants.
- Il refuse que tu accompagnes les enfants lors d'événements importants.
- Lorsque vous devez sortir, il entame une dispute avec toi ou tes enfants.
- _____

TACTIQUE 2: PAR LA CRITIQUE

- Il te donne l'impression que tu fais tout de travers en tant que mère.
- Il fait de la "microgestion" de tout dans la maison et par rapport aux enfants.
- Tu sens que tu dois marcher sur des oeufs car tu t'attends à ce qu'il te critique devant les enfants.
- Il te traite comme si tu étais, un enfant.
- _____



TACTIQUE 3: PAR LES RELATIONS MÈRE-ENFANTS ET LA FRATRIE

- Il veut décider de la façon dont tu interagis avec ton/tes enfants.
- Il a stipulé que tu ne peux pas intervenir auprès des enfants lorsqu'ils ne vont pas bien.
- Il empêche les enfants de venir te voir lorsque tu pleures.
- Il dénigre constamment les enfants, et parfois plus particulièrement l'un d'entre eux.
- Il manipule les enfants pour les amener à rapporter tous tes faits et gestes.
- Il utilise des méthodes éducatives inappropriées qui te font t'inquiéter pour leur sécurité.
- Il t'accuse de ne pas avoir les priorités aux bonnes places quant à ta famille et les enfants.
- Il parle constamment contre toi aux enfants lorsque tu es absente.
- Il crée des conflits entre toi et les enfants.
- Il semble favoriser l'un des enfants au détriment des autres.
- Il n'est jamais d'accord avec toi et dit constamment le contraire de ce que tu dis aux enfants.
- _____

TACTIQUE 4: PAR L'HUMEUR, LA COLÈRE ET LA MENACE

- Tes enfants et toi êtes constamment sur le qui-vive car vous ne savez jamais ce qui va déclencher sa colère.
- Il s'attend à ce que tes enfants et toi deviniez ses quatre volontés et il est furieux lorsque vous n'y arrivez pas.
- Ses émotions dominent toujours l'atmosphère et influencent les émotions des autres.
- Il devient très triste et les enfants et toi devez faire des pieds et des mains pour lui remonter le moral.
- Tu as peur de ce qui pourrait arriver aux enfants et à toi si tu le quittais.
- _____

TACTIQUE 5: PAR LE MOYEN DE L'ARGENT

- Il te fait te sentir coupable si tu dépenses pour les enfants ou pour toi-même.
- Il te force à demander de l'argent à la famille et aux amis pour prendre soin des enfants.
- Il refuse d'acheter de nouveaux vêtements aux enfants, même s'ils sont rendus abîmés ou trop petits.
- Il refuse de payer pour les activités scolaires ou autres sorties.
- Il refuse de payer pour les effets scolaires ou toute autre chose essentielle.
- Il dépense l'argent de la famille puis te force à redoubler d'effort pour trouver le moyen de nourrir les enfants ou de payer le logement.
- Il refuse de te donner la pension alimentaire.
- Il ment sur ses revenus pour éviter d'avoir à te payer une pension alimentaire.
- _____



TACTIQUE 6: PAR LA PROTECTION ET LES "ATTENTIONS"

- Il achète des cadeaux très dispendieux aux enfants. Il dit que tu ne pourrais leur offrir d'aussi belles choses.
- Il n'aime pas que tu sortes ou que les enfants sortent car il dit s'inquiéter à votre sujet.
- Il téléphone constamment les enfants, même s'ils sont à l'école.
- Il insiste pour que les enfants et toi lui partagiez en tout temps votre localisation.
- Il refuse que tu sortes de la maison seule avec les enfants car il s'inquiète pour votre sécurité.
- _____

TACTIQUE 7: PAR LA NÉGATION DE TES PERCEPTIONS (GASLIGHT)

- Il dit qu'il va s'occuper des enfants, puis il oublie ou refuse de le faire, ce qui te force à te réorganiser.
- Il t'accuse ou accuse les enfants d'imaginer des problèmes.
- Il fait une liste tes mes défauts et demande aux enfants de participer.
- Il t'insulte puis quand tu réponds, il dit aux enfants de regarder leur folle de mère.
- Il t'agresse puis quand tu te défends, il dit aux enfants que tu es celle qui est violente.
- _____

TACTIQUE 8: PAR LE NON-RESPECT DE TES DROITS, DE TES BESOINS ET DE TES OPINIONS

- En tout temps, ses besoins doivent être priorisés au-devant de tes besoins ou de ceux des enfants.
- Lorsque tu t'occupes des enfants, il t'accuse de ne plus l'aimer et de préférer les enfants.
- Il coupe l'eau, l'électricité, l'accès à la salle de bain à tes enfants et à toi, pour vous punir.
- Il interdit l'accès à certaines pièces de la maison aux enfants et à toi.
- Lorsque tu émetts une opinion, il se moque de toi devant les enfants.
- _____