

“Avant les coups, il y a les mots qui tuent”



**M.-F. HIRIGOYEN
PSYCHIATRE**

Dans *Femmes sous emprise*, elle décrit le harcèlement psychologique qui amène les femmes et finalement à accepter l'intolérable.



PHOTO: PETER STAMP POUR FEMME ACTUELLE

Campagne d'information, injonctions de soins... à l'heure où les pouvoirs publics se mobilisent contre les violences faites aux femmes, la psychothérapeute s'attaque aux racines de ce fléau.

Elle nous accueille dans son cabinet, au cœur du quartier latin à Paris. La lumière de la fin d'après-midi inonde la pièce. Entourée de ses livres, tableaux et sculptures, Marie-France Hirigoyen est calme et souriante. C'est ici que la thérapeute écoute, accompagne, rassure, répare. Ses patients souffrent tous de violences psychologiques. Au fil de leurs confidences, la professionnelle a pris la plume pour décortiquer « les ressorts de la violence dans le couple ». Ces mécanismes qui font que des femmes – mais aussi parfois des hommes – se retrouvent sous l'emprise psychique de leur conjoint. Anéantis, laminés, tétanisés, « Avant les coups, explique-t-elle, il y a toujours les mots qui blessent et qui tuent l'estime de soi. » Dénonçant

« un fléau social », notre interlocutrice s'insurge contre ceux qui sous-estiment les dégâts de la violence psychologique. Elle se félicite des dernières mesures gouvernementales à l'égard des femmes battues mais peste contre la société. Une civilisation qui continue à nourrir inlassablement les rapports « dominants-dominés »...
Femme Actuelle : Quel est l'objectif de votre livre « Femmes sous emprise » ?

Marie-France Hirigoyen : Dans ce livre, j'ai tenu à analyser les processus qui poussent les femmes victimes de violences conjugales à rester avec l'homme qui leur fait subir l'insupportable. Je m'élève contre ceux qui pensent qu'« elles ne partent pas par masochisme ». En tenant ce type de discours, on les culpabilise et on aggrave encore plus leurs difficultés.



« Femmes sous emprise », Oh Editions, 18,90 €.

F. A. : Comment expliquer que ces femmes aient tant de mal à quitter le domicile conjugal ?

M.-F. H. : Il n'y a pas de violences physiques sans qu'il y ait eu auparavant des procédés de lavage de cerveau. Manœuvre qui empêche la victime de comprendre ce qui se passe et de trouver des solutions.

F. A. : Par quel processus psychologique en arrive-t-on à vivre une telle situation ?

M.-F. H. : Elle n'est possible que parce qu'il y a eu un isolement préalable et pas de témoin. L'emprise est comme un piège qui se referme lentement. Le mécanisme varie suivant les typologies d'hommes. Chez les violents cycliques, il y a une phase de séduction, puis s'installent le harcèlement, l'humiliation et la domination qui amènent la victime à douter de ce qu'elle vit et pense. Il y a la phase de tension, jusqu'à la crise. S'ensuivent des remords et des excuses avant une pseudo réconciliation nommée « lune de miel ». Et les choses se répètent.

F. A. : Quelles sont les conséquences de ce lavage de cerveau ?

M.-F. H. : Les victimes ont les traits marqués comme si elles avaient été frappées. Elles ont peur, ont des difficultés à parler. Souvent, elles minimisent les faits, s'estiment responsables et trouvent des excuses à leur conjoint... Beaucoup de femmes ne portent pas plainte, craignant des violences physiques en représailles.

F. A. : Est-il possible de réagir avant qu'il ne soit trop tard ?

M.-F. H. : Les femmes doivent se poser des questions simples : « Ce que je vis me convient-il ? Cette situation est-elle normale ? Pourrais-je faire vivre la même chose à mon conjoint ? » Autant de questions qui les aideront à se faire confiance, à dire « stop ». Beaucoup de femmes ont du mal à le faire, compte tenu de leur éducation. Mais l'enquête de l'Enveff (1) a permis à des tas de femmes de prendre conscience que ce qu'elles vivaient était bel et bien de la violence psychologique.



PHOTO: REPUBLICAIN LORRAIN/ALOP PELAGIANI/APP

En novembre dernier, Amnesty International a organisé un peu partout en France des manifestations de soutien aux femmes battues.

F. A. : Comment réussir à sortir de ce cercle vicieux ?

M.-F. H. : Guérir passe par une reconquête de l'estime de soi. Il faut d'abord une reconnaissance des violences subies et une rupture avec l'isolement. Il est utile de se préparer une porte de sortie, avec des stratégies de repli en cas de danger.

F. A. : Qu'appellez-vous précisément « stratégie de repli » ?

M.-F. H. : Il y a un projet européen nommé Equal pour favoriser le retour à l'emploi des femmes vulnérables. Dans ce domaine, les Espagnols sont en avance. Par exemple, toute femme qui part en urgence, se voit allouer une somme d'argent, un logement, etc. Les violents récidivistes doivent porter un bracelet magnétique... C'est un modèle à suivre.

F. A. : Et en France, que pensez-vous des récentes mesures prises par le gouvernement ?

M.-F. H. : Il y a beaucoup de choses positives : contrôles judiciaires, in-

jonctions de soins, sanctions plus lourdes pour les hommes violents, nouvelle loi sur le divorce qui permet aux femmes, en cas de violence, de garder le domicile... Si l'on commence à reconnaître les violences physiques, la violence psychique, elle n'est pas prise en considération.

F. A. : Alors que faire pour sensibiliser les hommes ?

M.-F. H. : C'est dans la petite enfance que se joue le destin de l'agressivité de l'adulte. En Ile-de-France, il y a, par exemple, des jeux de rôle pour décoder dans les écoles les comportements sexistes et violents des enfants entre eux. Nommer ce qui est normal et ce qui ne l'est pas est une chose essentielle. Reste à remettre en cause les schémas domination-soumission transmis de génération en génération. ■

Enquête et propos recueillis par France Berlioz

(1) Enveff : Enquête nationale sur les violences faites aux femmes commandée par le secrétaire d'Etat aux Droits des Femmes.



DES GROUPES DE PAROLE POUR STOPPER LA SPIRALE INFERNALE Prendre conscience de ses actes, analyser les causes, réaliser les conséquences et s'en sortir. Depuis 1995, comme ici à Liège, l'association Praxis organise des groupes de parole pour les hommes violents. Une thérapie qui selon Marie-France Hirigoyen peut être efficace sur les hommes jeunes, à violence cyclique.

Les conseils pour s'en sortir

Lorsqu'on peut rester au domicile conjugal

- Ne restez pas isolée : prenez contact avec des associations.
- Mettez vos papiers importants à l'abri (livret de famille, passeport, carnet de santé, carte de la Caf, feuille d'imposition, carnets de chèques, livrets d'épargne, bulletins de salaire...).
- Préparez un sac pour partir en cas d'urgence, avec un double des clés de chez vous, du linge de rechange, des affaires de toilette et un peu d'argent.
- Identifiez les personnes qui sont prêtes à vous aider et à vous accueillir en cas de danger.
- Allez à la Caisse d'allocations familiales pour obtenir le versement de vos prestations sur un compte à votre seul nom.
- Annulez les procurations.
- Si vous n'avez pas de travail, inscrivez-vous à l'ANPE et mettez-vous aussitôt en quête d'une formation ou d'un emploi.

Lorsque la fuite est la seule solution

Hormis un toit, les victimes trouvent dans les foyers un reconfort psychologique.

- Partir ne vous met pas en tort. Vous pouvez quitter le domicile conjugal en signalant votre départ à la police ou la gendarmerie.
- Emmenez vos enfants si vous désirez qu'ils vivent avec vous. Vous pouvez obtenir l'autorisation de résidence séparée avec eux avant d'envisager un divorce.
- Contactez votre Caisse d'allocations familiales pour connaître vos nouveaux droits.

Contacts utiles. Violences conjugales : Femmes Infos Service, téléphone : 01 40 33 80 60 ou 3615 SOS Femme. **Viols femmes informations** : téléphone : 0800 05 95 95. **Association européenne contre les violences faites aux femmes au travail** : téléphone : 01 45 84 24 24. **Centre national d'information sur les droits des femmes et des familles - Réseau des CIDF** : téléphone : 01 42 17 12 00 ou par Internet sur www.informefemmes.com