

Joane Turgeon, psychologue  
Comité Priorité Violence Conjugale<sup>1</sup>

La problématique de la violence conjugale a de très longues racines. D'ailleurs, Madame Micheline Dumont l'a très bien démontré lors de sa conférence d'ouverture. Pourtant, ce n'est que depuis une trentaine d'année que l'on s'y intéresse vraiment et que des textes sont écrits à ce sujet. C'est court trente ans, dans l'histoire de l'humanité! Le sujet des enfants exposés à la violence conjugale est abordé depuis encore moins longtemps. Ça fait environ une douzaine d'années que des recherches sont publiées sur ce sujet. C'est donc une réalité reconnue depuis peu.

On parle depuis peu de temps des enfants exposés à la violence conjugale, mais on en parle beaucoup, et on en parle comme si une nouvelle problématique venait d'être découverte. Pourtant, depuis que la violence conjugale existe, des enfants y sont confrontés quotidiennement. Pour comprendre la réalité des enfants et pour intervenir de façon efficace, il est essentiel de tenir compte de tout ce que l'on sait déjà sur la violence conjugale. Il est important de ne pas repartir de zéro, mais d'intégrer l'ensemble des connaissances acquises sur la violence conjugale et de situer dans cette problématique la réalité des enfants qui la subissent.

C'est ce que cette présentation tente de faire : réfléchir avec vous sur certains aspects connus de la violence conjugale pour mieux comprendre les enfants qui y sont exposés.

### **Terminologie**

Certains auteurs parlent d'enfants **victimes**, d'autres d'enfants **témoins** de la violence conjugale. En fait, plusieurs sont réticents à utiliser le mot victime puisque l'enfant n'est pas la cible directe de la violence conjugale. C'est, la plupart du temps, sa mère qui l'est. Pour éviter toute confusion, le terme « victime » de violence conjugale est donc très peu utilisé pour qualifier les enfants. Il n'en demeure pas moins que des enfants peuvent être les victimes directes de la violence conjugale, et être blessés physiquement à cause de leur présence sur les lieux lorsqu'elle se produit. Par exemple, un homme a échappé son bébé de six mois alors qu'il « engeulait » sa mère et lui lançait des objets. Cet enfant est une victime directe de la violence conjugale de son père envers sa mère et aurait pu être grièvement blessé. On peut donc considérer qu'un enfant exposé est victime de la violence conjugale. Il peut être victime de violence physique, par exemple en étant frappé accidentellement ou en étant violenté en tentant de s'interposer pour arrêter la violence. Il est victime de violence psychologique du fait de vivre dans une famille où prévaut la violence conjugale.

---

<sup>1</sup> Le Comité Priorité Violence Conjugale est un organisme à but non lucratif spécialisé dans la formation d'intervenants, la supervision et l'implantation de Programmes d'intervention à travers le Québec. Vous pouvez rejoindre l'auteure de ce texte au 514.850.0786 [cpvc@arobas.net](mailto:cpvc@arobas.net).

Le terme d'enfants **témoins** est parfois utilisé, mais il tend à situer les enfants en observateurs, à l'extérieur des événements de violence. Les enfants ne sont pas à l'extérieur de la violence conjugale même si ils sont à l'extérieur du couple parce qu'ils font partie intégrante de la famille et que la violence conjugale les affecte directement. Le terme d'enfants **exposés** à la violence conjugale met en évidence que les enfants sont affectés à différents degrés par cette violence. Ce terme plus précis est utilisé dans cette présentation.

### **Ce qu'est la violence conjugale**

Commençons donc par revoir ce qu'est la violence conjugale pour y situer les enfants. Au Québec, la définition de la Politique d'intervention en matière de violence conjugale : prévenir, dépister et contrer la violence conjugale (Gouvernement du Québec, 1995) fournit beaucoup d'éléments pour comprendre la violence conjugale. Elle peut s'avérer également très utile pour saisir la réalité des enfants.

La première partie de cette définition se lit comme suit :

*La violence conjugale comprend les agressions psychologiques, verbales, physiques et sexuelles ainsi que les actes de domination sur le plan économique.*

Lorsqu'il est question de violence conjugale dans une famille, viennent immédiatement à l'esprit les traumatismes pour l'enfant de voir des coups ou d'entendre des cris. Il est vrai que la violence conjugale peut aller jusqu'à la violence physique, mais il faut reconnaître qu'elle est plus souvent encore psychologique, subtile, et difficile à cerner.

Comme la violence conjugale s'installe généralement subtilement, les victimes elles-mêmes ont de la difficulté à identifier cette problématique dans leur vie. Les intervenantes ont de la difficulté à la dépister et les proches des victimes ont aussi beaucoup de difficulté à la reconnaître. Quelques membres de la famille, quelques amies l'identifient parfois avant la victime. Cependant, ce n'est pas le cas de la majorité. D'ailleurs, lorsque des drames en résultent et qu'un homme violent tue sa partenaire, les membres de leur entourage sont généralement surpris et affirment avec consternation qu'ils ne l'auraient jamais cru capable d'une telle violence.

Que dire alors des enfants ! Comment l'enfant perçoit-il la violence conjugale ? Plus concrètement, comment un enfant de cinq ans comprend-t-il ce qui se passe lorsqu'il entend son père dire à sa mère « *T'es ben niaiseuse ! Va te changer, tu sais vraiment pas t'habiller* » ? On peut facilement imaginer qu'il prendra ce message pour une vérité et croira que sa maman ne sait pas s'habiller. Il n'a pas accès à l'interprétation des adultes selon laquelle il s'agit d'un commentaire dénigrant, désobligeant, d'un comportement de violence psychologique qui vise à contrôler la façon de se vêtir de sa partenaire.

La violence physique n'est pas nécessairement plus claire pour l'enfant. Il sait que s'il fait quelque chose de mal, il est puni. Quand il entend les reproches de son père envers sa mère et qu'il voit suivre les coups, il comprend que sa mère a fait quelque chose de « mal » et que son père la « corrige », ce qui ne constitue pas nécessairement une incohérence pour lui. Il perçoit les situations conflictuelles sans nécessairement identifier la violence et sans pouvoir attribuer à la personne qui l'utilise la responsabilité des comportements violents.

La seconde partie de la définition de la Politique d'intervention en matière de violence conjugale est la suivante :

*La violence conjugale ne résulte pas d'une perte de contrôle, mais constitue au contraire, un moyen choisi pour dominer l'autre personne et affirmer son pouvoir sur elle.*

Le second aspect central de la violence conjugale est ici présenté : le rapport de pouvoir et de domination qui résulte de l'utilisation de comportements violents. À plus ou moins long terme, la violence conjugale entraîne un déséquilibre du pouvoir dans le couple. Un des parents, généralement le père, se retrouve en position de domination et de contrôle sur l'autre parent. L'enfant sent très bien ce rapport de pouvoir. Il perçoit précisément qui mène, qui détient le pouvoir entre ses deux parents. Bien qu'il n'ait pas la capacité d'évaluer ce rapport de pouvoir, il le sent et sait s'y ajuster.

### **Effet de la violence conjugale sur les rapports dans la famille**

Lorsqu'il y a présence de violence conjugale dans une famille, les deux parents n'exercent pas une influence mutuelle l'un sur l'autre. Les parents ne sont plus là pour s'entraider comme dans un couple sans violence. Il existe des liens hiérarchiques imposés par la violence, et les enfants les sentent.

Les enfants ont besoin, pour se développer, de l'encadrement de leurs parents. Normalement, les enfants se sentent en sécurité physique et psychologique sous l'autorité de leurs deux parents. La violence conjugale vient brouiller cette situation. On peut comprendre facilement ce qui découle de la violence conjugale du père envers la mère si on se pose la question suivante : un enfant peut-il se sentir en sécurité sous l'autorité d'une mère qui reçoit constamment des reproches, qui n'est pas sûre d'elle-même, qui a peur de son conjoint, et qui se fait chicaner par lui ? En fait, un effet de la violence conjugale sur les enfants est l'insécurité associée à l'obéissance à la mère. Sous l'autorité de sa mère, l'enfant ne se sent plus en sécurité. « *Est-ce que je dois écouter papa ? Oui, c'est le chef. Est-ce que je dois écouter maman ? Non, parce qu'elle n'est jamais correcte. Si je fais ce qu'elle veut, je ne serai pas correct non plus. Alors, je ne dois pas écouter maman.* »

Cette situation est très difficile pour la mère. Non seulement vit-elle des échecs répétés face à son conjoint dans la dynamique de la violence conjugale, mais en plus, son enfant, fille ou garçon, refuse son autorité. Elle tente de l'encadrer, mais il refuse son encadrement. Il ne fait pas ce qu'elle lui demande et lorsqu'elle tente de le forcer, il fait des crises et peut même utiliser des comportements violents envers elle.

Dans les situations de violence conjugale, les rapports de pouvoir familiaux sont donc perturbés. L'enfant ne se situant plus sous l'autorité légitime de sa mère, il peut se positionner soit au-dessus d'elle, soit égal à elle. Dans une famille, les enfants adoptent différents rôles face à leur mère, en fonction de ces positions de pouvoir.

L'enfant qui se positionne en égal de sa mère refuse son autorité. Il peut en venir à la considérer comme une rivale. L'enfant rival peut être en compétition avec sa mère face au père, ou vouloir jouer, mieux que sa mère, un rôle de parent auprès de ses frères et sœurs. On peut imaginer combien ces situations peuvent être difficile à vivre pour la mère. L'enfant qui se positionne en

égal de sa mère peut aussi la considérer comme une amie. La mère pourra exercer une certaine influence sur son enfant en acceptant ce rôle que son enfant lui donne et en interagissant avec lui en fonction de cette position hiérarchique. Dans un tel contexte, la mère peut en venir à percevoir son enfant comme un petit adulte, un confident et un ami. Comme intervenant-e, il est alors important de se rappeler que c'est la violence conjugale qui force ces rôles et que cette mère vit des échecs répétés lors de ses tentatives d'encadrer son enfant et de le traiter comme un enfant.

Il peut aussi arriver que l'enfant, plutôt que de se placer en égal de sa mère, se place au-dessus d'elle dans les rapports de pouvoir familiaux. Son père est au-dessus de lui, mais sa mère, en dessous. Dans une telle position de pouvoir, un enfant peut vouloir contrôler sa mère. Cette dynamique ressemble à celle d'un « enfant-roi », mais contrairement à ce dernier, l'enfant exposé à la violence conjugale adopte ces comportements de contrôle avec sa mère seulement et non avec ses deux parents. Certains enfants sont aussi amenés à jouer ce rôle de contrôle de leur mère directement par leur père qui, par exemple, peut leur demander de surveiller leur mère et de lui rapporter ses faits et gestes. Cette attitude du père confirme alors l'enfant dans son refus de l'autorité maternelle.

L'enfant qui se place au-dessus de sa mère dans les rapports de pouvoir familiaux peut aussi se donner un rôle de protecteur à son endroit. On protège les personnes incapables de se protéger elles-mêmes. Bien que l'enfant protecteur soit moins difficile à vivre que l'enfant qui contrôle, il n'en demeure pas moins que cet enfant refuse l'autorité de sa mère. Les efforts que la mère déploie pour encadrer son enfant échouent, ce qui peut être interprété par les intervenant-es comme des lacunes dans les compétences de mère. Encore une fois, ce n'est pas la mère qui est en cause mais la situation de violence conjugale qui entraîne ces effets néfastes sur sa relation avec son enfant.

Lorsque la famille comporte plusieurs enfants, ceux-ci se situent généralement dans des positions différentes de pouvoir, par exemple un enfant peut-être contrôlant et l'autre protecteur, ce qui entraîne des rapports de pouvoir entre les enfants eux-mêmes et complexifie la situation. Ces rôles ne sont pas figés, des changements peuvent se produire selon les événements. Le soutien à la mère peut aussi favoriser certains changements. Quoiqu'il en soit, ces enjeux de pouvoir dans la famille sont très éprouvants pour la mère qui ne saisit pas pourquoi elle a tant de difficulté à encadrer ses enfants et qui peut remettre en question ses compétences parentales. Cette situation peut même convaincre la mère de rester avec son conjoint violent puisqu'elle ne se sent pas « bonne » avec ses enfants.

Même si les rapports de pouvoir entre la mère et l'enfant peuvent se rétablir après la séparation, certains facteurs peuvent favoriser le maintien du rôle adopté par l'enfant. Par exemple, certains enfants qui demeurent avec leur mère tout en restant en contact avec leur père, sont utilisés par le père pour exercer du pouvoir à distance sur la mère.

### **Conséquences de la violence conjugale sur les enfants qui y sont exposés**

Les effets de la violence conjugale sur les enfants sont nombreux et peuvent débiter très tôt dans la vie des enfants. En fait, certaines études ont démontré que des effets négatifs de la violence conjugale sur l'enfant peuvent commencer avant sa naissance, pendant la grossesse. Les femmes enceintes victimes de violence conjugale souffrent davantage d'infections, d'anémie et prennent

moins de poids. On constate chez les mères victimes de violence conjugale des taux plus élevés de bébés de faibles poids à la naissance et d'enfants nés prématurément que chez les mères dont les conjoints sont non-violents.

### *Les effets de la violence conjugale sur les enfants*

La violence conjugale a d'autres conséquences importantes sur les enfants. Elle peut avoir des effets sur leur santé physique. Les blessures que peut subir l'enfant ont déjà été mentionnées, mais d'autres effets physiques peuvent aussi être présents. Les enfants exposés sont en moins bonne santé que les autres enfants. Des études ont démontré au Québec et ailleurs dans le monde, qu'ils souffrent davantage de troubles du sommeil, de maladies de la peau, de maux de tête, de problèmes respiratoires et d'asthme, d'allergies, d'anémie et d'infections que les enfants issus de familles sans violence conjugale. Ces problèmes de santé peuvent être compris comme des effets du stress de vivre dans une famille où la violence conjugale est présente.

Plusieurs signes de détresse qui se manifestent chez les enfants exposés à la violence conjugale sont maintenant compris comme des symptômes d'un état de stress post-traumatique. Comme les adultes qui subissent des traumatismes, les enfants peuvent présenter des symptômes d'*intrusion*, d'*évitement* et d'*activation neurovégétative*. La violence conjugale demeure constamment présente dans les pensées ou les émotions de l'enfant. Ils ont des réactions d'*intrusion* qui se manifestent par des jeux répétitifs ou symboliques, par des cauchemars, des terreurs nocturnes ou encore par des moments d'absence ou de l'anxiété.

Les enfants peuvent également souffrir de symptômes d'*évitement* se manifestant entre autres par de la tristesse, des régressions comportementales (parole, propreté, etc.), des symptômes de dissociation, de l'automutilation, une attitude de retrait et d'isolement, le refus d'aller à l'école ou de faire certaines activités, l'usage de drogues ou d'alcool et même des idées suicidaires.

Finalement, les enfants peuvent être affectés par des symptômes d'*activation neurovégétative* qui témoignent de l'intensité du stress et de ses effets dévastateurs sur leur organisme. Les enfants exposés à la violence conjugale peuvent donc présenter des difficultés de sommeil, de l'angoisse, des difficultés d'attention et de concentration pouvant mener à des difficultés scolaires. Ils sont aussi hypervigilants à leur environnement et peuvent être très sensibles au bruit. De plus, tout comme les adultes, les enfants en stress post-traumatique sont très irritables et cette irritabilité peut se manifester par de l'agressivité et des comportements violents.

La violence conjugale a d'autres conséquences importantes sur les enfants. Sur le plan émotionnel, les enfants sont habités par toutes sortes d'émotions : peur, peine, méfiance, ambivalence, culpabilité, etc. Leur identité, leur confiance en soi et leur estime de soi sont affectées. Ces conséquences de la violence conjugale peuvent affecter les enfants dans toutes les sphères de leur vie : à l'école, à la garderie, dans leurs jeux et dans leurs relations avec leurs amis et avec les adultes.

### **Le dépistage et l'intervention auprès des enfants exposés à la violence conjugale**

Le dépistage des enfants exposés à la violence conjugale est un processus actif dont le but est d'identifier le plus efficacement possible les enfants qui vivent dans un contexte familial où est présente la violence conjugale et d'intervenir en tenant compte de leur situation et de leurs

besoins particuliers. Le fait de savoir qu'une femme est victime de violence conjugale ou qu'un homme violence sa partenaire devrait entraîner le dépistage automatique des enfants.

On réalise de plus en plus que l'intervention la plus utile pour un enfant exposé à la violence conjugale est le soutien apporté à la relation mère-enfant. En effet, il semble que plus cette relation est préservée, moins grands sont les effets de la violence conjugale sur l'enfant. La relation mère-enfant constitue donc un facteur de protection de l'enfant face à la violence conjugale et mérite d'être une cible centrale d'intervention. La personne la mieux placée pour intervenir auprès d'un enfant exposé à la violence conjugale est sa propre mère. En comprenant les entraves à la relation mère-enfant, en évitant de juger la mère et l'enfant, en demeurant sensibles aux positions de pouvoir dans nos interactions avec la mère et l'enfant, en apportant du soutien à la mère et en favorisant qu'elle puisse prendre du répit, nous pouvons faire beaucoup de bien à son enfant.

Dans certaines circonstances, un-e intervenant-e peut aussi jouer un rôle de soutien significatif direct auprès d'un enfant exposé à la violence conjugale lorsque la mère éprouve momentanément des difficultés trop grandes pour pouvoir jouer elle-même ce rôle auprès de son enfant. Dans de telles circonstances, quelques clés d'intervention peuvent être utiles. Un enfant exposé à la violence conjugale se sent très responsable et vit beaucoup de stress. Il a besoin d'être réconforté, d'être déculpabilisé et déresponsabilisé. Des interventions simples comme valoriser l'enfant, lui refléter une belle image de lui-même, favoriser ses sentiments de compétence ont des effets bénéfiques immédiats. En prenant le temps d'être avec lui dans un endroit calme, en l'écoutant attentivement, en normalisant ses réactions, en le valorisant et en valorisant sa mère, en recadrant les situations de violence qu'il rapporte et en l'encourageant à revenir nous parler de tout ce qui le préoccupe, il est possible de limiter les ravages de la violence conjugale sur sa vie.

En terminant, je tiens à souligner que peu importe votre profession, votre rôle auprès des enfants exposés à la violence conjugale et de leurs mères est très important... Merci de votre participation.