

Savoir repérer les violences au sein du couple

Temps de lecture : 3 minutes Publié le 25 juin 2019 - Mis à jour le 13 novembre 2019

Toutes les formes de violence peuvent avoir des répercussions importantes sur la santé de la future mère et celle du bébé. Il est donc important de savoir les identifier et d'être vigilant pendant la grossesse. D'autant que souvent, la violence conjugale empire au fil du temps. Qu'elle ait démarré avant ou pendant la grossesse, elle ne s'arrête pas avec l'arrivée de bébé.

Qu'entend-on par violences au sein du couple ?

Les violences au sein du couple sont **différentes des disputes ou conflits** que connaissent tous les couples. Dans les disputes, les deux personnes sont sur un même pied d'égalité. Elles ont un différent de point de vue sur une situation ou un désaccord ponctuel.

Les violences conjugales sont quant à elles déclenchées par la personne violente. Elle prend n'importe quel prétexte et cherche à contrôler et dominer l'autre. Ces violences **créent un climat de peur et de tensions** permanentes.

Comment savoir si on est victime de violences dans son couple ?

On ne se rend pas forcément compte que l'on rentre dans une situation de violence. **Elle s'installe progressivement.**

Différentes formes de violence existent. Elles peuvent parfois se cumuler. Par exemple, notre conjoint ou ex-conjoint :

- menace de nous frapper, casse nos affaires,
- nous crie dessus, nous traite de tous les noms,
- nous dévalorise en se moquant de nous, de notre apparence physique. Il met en doute nos capacités à être une bonne maman,
- contrôle nos dépenses,
- contrôle nos sorties, nous empêche de rencontrer notre famille ou nos amis, d'aller à nos consultations médicales,
- surveille notre téléphone, nos e-mails,
- nous frappe,
- nous oblige à avoir des relations sexuelles non désirées.

Aucune violence n'est justifiable.

Quelles sont les conséquences de ces violences ?

La violence au sein du couple a des conséquences désastreuses. On peut avoir peur, être triste, ressentir de la culpabilité, se sentir mal dans notre peau, perdre l'estime de soi, être stressée, s'isoler de notre entourage, être blessée. Ce n'est pas un état favorable à une grossesse sereine.

Les violences au sein du couple **exposent également le bébé** : elles peuvent entraîner fausses-couches, accouchements prématurés, petits poids de naissance, blessures et même décès. Elles augmentent son niveau d'insécurité et son stress, et impactent son développement. Elles peuvent avoir des conséquences tout au long de la vie de l'enfant.

Il est important d'en parler pour trouver des solutions.

Par qui et comment se faire aider ?

Que les faits soient anciens ou récents, **il faut impérativement en parler**. Ce peut être :

- à une personne en qui vous avez confiance,
- à un professionnel : à la PMI, un médecin, une assistante sociale, une sage-femme, un avocat...
- à une association spécialisée dans la lutte contre les violences faites aux femmes. Elle pourra nous accompagner,
- au numéro d'écoute, d'information et d'orientation : le 3919. Il est à notre disposition pour nous écouter et nous guider. L'appel est anonyme et gratuit. Il est ouvert du lundi au vendredi de 9h à 22h, les samedis, dimanches et jours fériés de 9h à 18h.

En cas d'urgence, on appelle :

- Le 17 pour joindre la police et la gendarmerie.
- Le 112 pour accéder aux services d'urgence, partout au sein de l'Union européenne.
- Le 15 pour les urgences médicales. On peut y joindre le service d'aide médicale urgente (SAMU) 24h/24.
- Le 18 pour les pompiers.
- Le 114 pour les personnes sourdes ou malentendantes, qu'elles soient victimes ou témoins d'une situation d'urgence. Il permet de demander l'intervention des services de secours.

Ces cinq numéros d'urgence sont gratuits et peuvent être composés à partir d'un téléphone fixe ou portable, même bloqué ou sans crédit.

Les associations spécialisées

- Pour trouver les associations près de chez vous : stop-violences-femmes.gouv.fr/-les-associations-pres-de-chez-vous-.html
- Fédération nationale solidarité femmes : www.solidaritefemmes.org
- Centre national d'information sur les droits des femmes et des familles : www.infofemmes.com
- Mouvement français pour le planning familial : www.planning-familial.org
- Collectif féministe contre le viol : www.cfcv.asso.fr
- Femmes solidaires : www.femmes-solidaires.org
- FDFA - Femmes pour le dire Femmes pour agir www.femmespourledire.asso.fr

Association d'aide aux victimes : INAVEM - Fédération nationale des associations d'aide aux victimes : www.inavem.org

Source URL: <https://www.agir-pour-bebe.fr/savoir-reperer-les-violences-au-sein-du-couple>

- 

