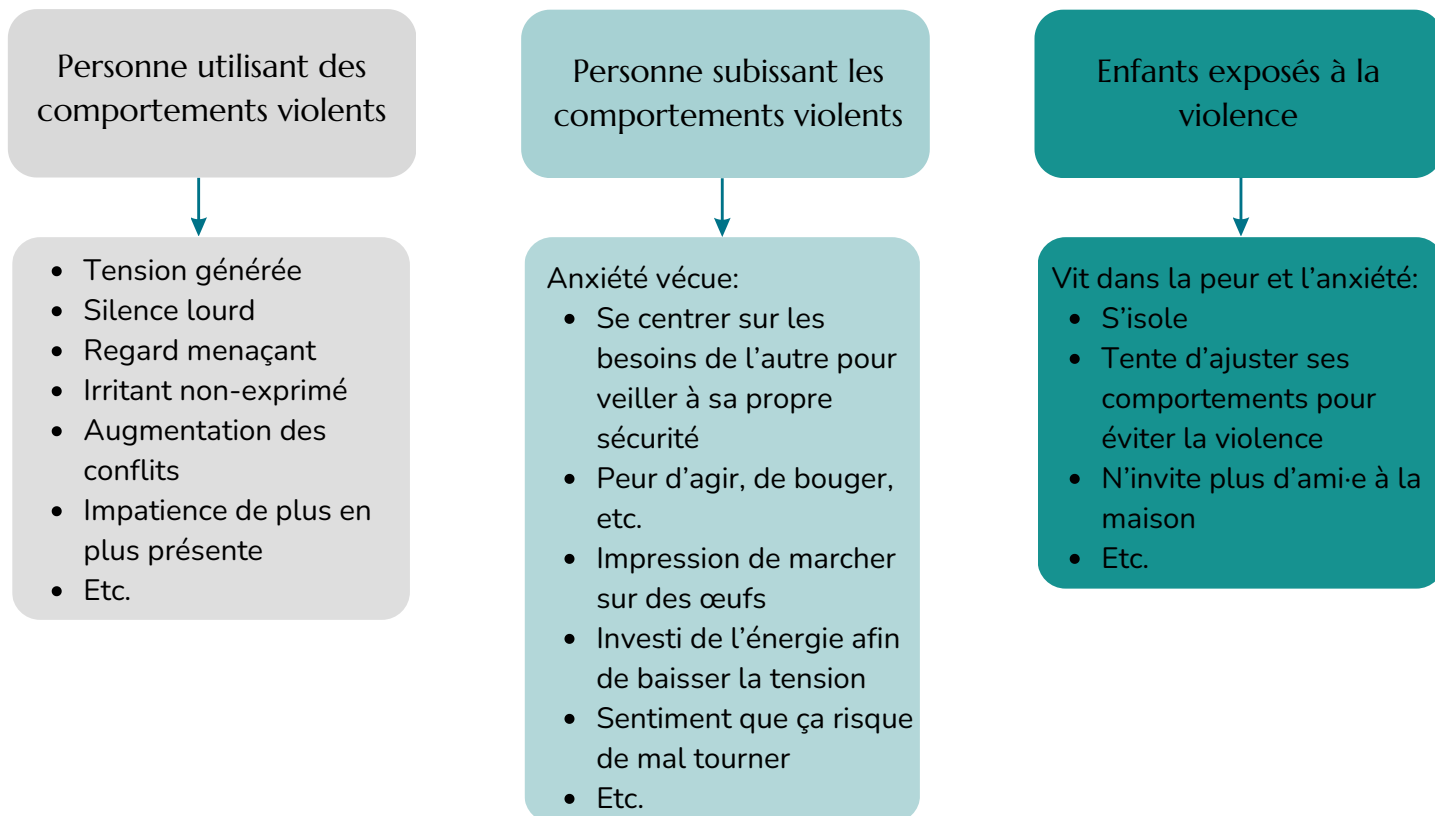
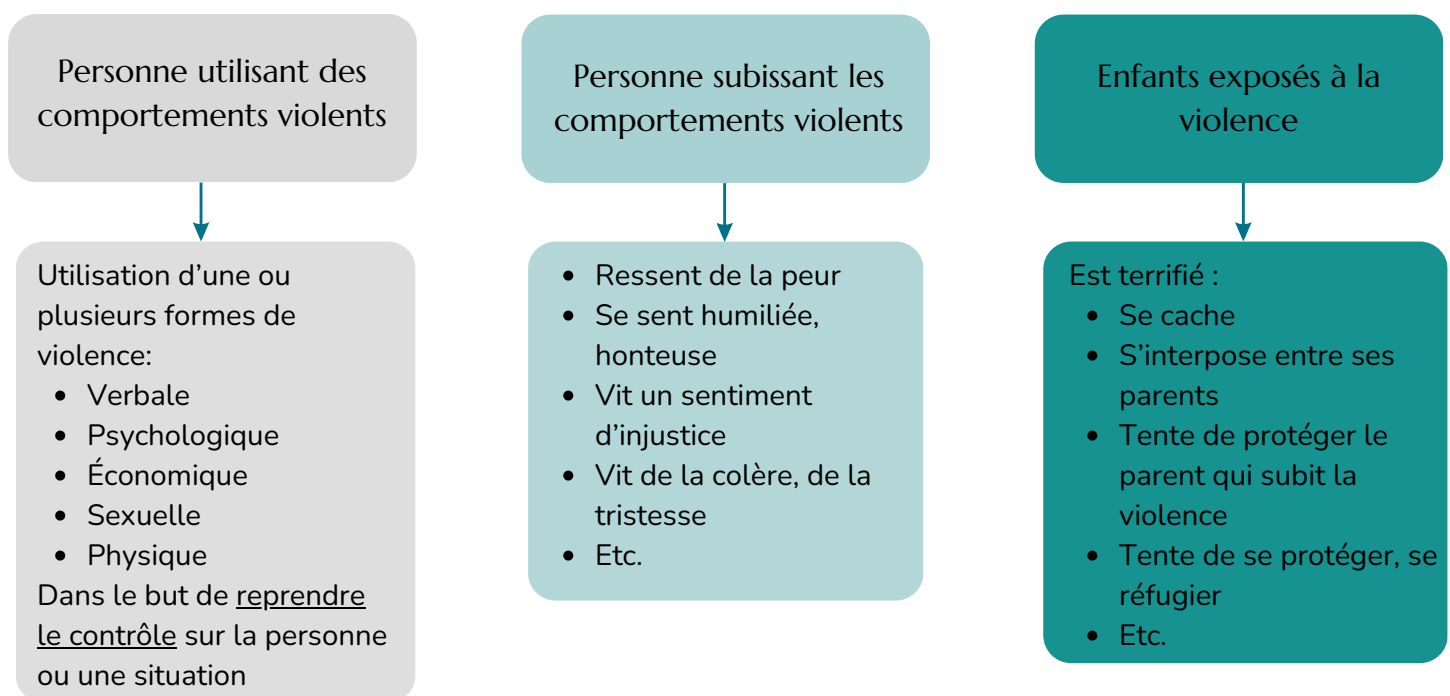


Les réactions possibles selon les phases du cycle¹

Escalade des tensions



Épisode violent : explosion et agression



Justification

Personne utilisant des comportements violents

- Justifie son comportement et s'en déresponsabilise
- Minimise la violence agie
- Trouve des excuses, des raisons pour responsabiliser l'autre :
- «Si tu avais écouté la première fois, ...»
- «Je n'aurai pas à agir ainsi si toi ...»
- «Tu le sais quand je bois...»
- Etc.

Personne subissant les comportements violents

- Tente de comprendre la situation de l'autre
- Doute de ses perceptions
- Se sent coupable, se dévalorise
- Se responsabilise vis-à-vis la situation
- «Je vais m'ajuster pour que cela n'arrive pas à nouveau...»
- «Est-ce que c'est moi qui aie un problème?»
- «C'est vrai que c'est ma faute, je n'aurais pas dû...»
- Etc.

Enfants exposés à la violence

- Se sent souvent responsable et cherche à identifier les actions qu'il aurait pu faire différemment pour éviter la violence
- « Si j'avais fait ma chambre cela ne se serait pas produit »
- Se sent ambivalent face aux actions qu'il a ou aurait dû poser
- Comprend difficilement ce qui se passe, qui ou qu'est-ce qui a vraiment déclenché la violence
- Demeure vigilant

Lune de miel / réconciliation

Personne utilisant des comportements violents

- Se sent (habituellement) coupable des comportements agis
- Manifeste du regret
- Promet que cela ne se reproduira plus;
- Fait tout pour être pardonnée
- Tente de reconquérir l'autre
- Demande de l'aide

Personne subissant les comportements violents

- Regagne espoir que la situation va changer ou que c'était la dernière fois qu'un événement du genre se produisait
- S'accroche à la relation
- Retrouve l'image idéalisée du partenaire
- Donne une autre chance
- Supporte l'autre dans ses démarches

Enfants exposés à la violence

- Se sent soulagé, heureux de se retourner au calme
- Garde espoir qu'il n'y aura plus de violence
- Partage des moments agréables avec le parent qui a utilisé la violence
- Mange des friandises, jouent ensemble, etc.