

Les violences intrafamiliales : un facteur de risque

Khady Bathily, cofondatrice de l'association Sira

INTRODUCTION

Bonjour à toutes et à tous,

En premier lieu je tiens à remercier l'association MEDEE et particulièrement Anne-Charlotte Jelty pour votre invitation.

Je m'adresse à vous aujourd'hui en ma qualité d'administratrice de la FFER mais également de Cofondatrice l'association SIRA, où nous intervenons auprès de toute personne engagée dans un parcours judiciaire qu'elle soit auteure, victime ou enfant pour éviter les répétitions des violences et restaurer du pouvoir d'agir.

Je considère toujours comme un privilège d'avoir un espace pour évoquer ce que vivent celles et ceux qui n'ont pas toujours eu la possibilité de le dire, ni parfois même de le penser. Non pas pour parler en leur nom, mais pour faire exister leurs réalités dans nos réflexions.

Aujourd'hui, je voudrais revenir sur un phénomène trop souvent invisibilisé : l'impact des violences intrafamiliales sur les enfants, non pas seulement comme témoins, mais bien comme victimes, et la manière dont ces violences précoces deviennent un facteur de risque dans leur vie adulte — comme victimes, mais aussi parfois comme auteurs.

Pour introduire, arrêtons-nous sur quelques chiffres récents :

En 2024, l'Observatoire National des violences faites aux femmes évoque plus d'un quart de millions de femmes ayant déclaré avoir été victime de violences au sein du couple soit **271 848 victimes enregistrées** en France par les services de police et gendarmerie.

Mais derrière chaque femme victime, il y a presque toujours un enfant. Selon le dernier rapport de la Fédération Nationale Solidarité Femmes, 98 % des femmes victimes déclarent que leurs enfants sont exposés aux violences dans le foyer.

L'Observatoire National de la Protection de l'Enfance estime de son côté qu'environ **398 000 enfants** seraient "co-victimes" de violences conjugales qu'il s'agisse de violences directes, d'exposition, ou de climats de conflits destructeurs. Bien que massifs, ces chiffres sont pourtant largement sous-estimés.

Ces enfants ne sont pas simplement là, à côté : ils vivent la violence, ils en subissent les effets, et leur développement est profondément impacté.

C'est à partir de ce constat que je voudrais interroger avec vous la question des violences intrafamiliales comme facteur de risque majeur dans la construction future de ces enfants.

I. LES VIOLENCES INTRAFAMILIALES : UN FACTEUR DE RISQUE STRUCTURANT

Les violences intrafamiliales sont l'une des formes de traumatismes les plus documentées dans la recherche. Mais pour éclairer mon propos, je souhaiterais évoquer quelques-unes d'entre elles ; en premier lieu l'étude de Vincent Felitti (chef du service médecine préventive) et son équipe (1998) qui a étudié les effets cumulatifs à long terme de traumatismes dans l'enfance et des dysfonctionnements dans la famille sur la santé et la qualité de la vie à l'âge adulte.

Ils s'inscrivent dans ce que l'on appelle les **ACEs — Adverse Childhood Experiences**, en français pour les non bilingues, les « les expériences négatives de l'enfance ».

Les ACEs désignent donc un ensemble d'expériences négatives vécues précocement pendant l'enfance et qui associées, à des conséquences délétères sur la santé physique et mentale à l'âge adulte : elles incluent différentes formes de maltraitance, violences physiques, psychologiques, sexuelles, négligence, exposition aux violences conjugales, instabilité familiale, addictions parentales, l'incarcération d'un membre du foyer, la séparation couple parental...)

Cette étude fondatrice a révélé qu'une exposition répétée aux ACEs augmente considérablement le risque de développer des comportements de santé à risque, des maladies chroniques et des troubles psychiatriques. L'étude indique aussi que la présence d'au moins de ces 4 critères augmentent significativement la probabilité de présenter des comportements violents.

A partir de cette étude sur les ACEs, Shonkoff, un pédiatre et neurologue américain a mis en lumière l'un des effets le plus significatif est celui que les chercheurs appellent un stress toxique.

Le stress toxique est à différencier du stress ponctuel, même fort que tout à chacun peut ressentir. On parle ici d'un stress intense, prolongé et répété, et surtout vécu en l'occurrence pour l'enfant sans soutien d'un adulte protecteur. Quand un enfant est exposé de manière répétée à la peur, à la violence et/ou à l'imprévisibilité, ce stress devient biologiquement toxique. Le cerveau et le corps restent en alerte permanente. Pour comprendre ce qui se passe dans le corps de l'enfant, on peut résumer ainsi : Le cerveau active en continu le système de stress : libération de cortisol,adrénaline, noradrénaline.

Quand ce système fonctionne trop longtemps :

- le cerveau se développe en mode "survie",
- les connexions neuronales se modifient,
- les zones du cerveau liées à l'émotion, à la mémoire et à la régulation (amygdale, hippocampe, cortex préfrontal) sont affectées.

Résultat : l'enfant devient hypervigilant, anxieux, impulsif, ou au contraire figé.

Le corps aussi en paie le prix :

Le stress toxique dérègle :

- le sommeil,
- le système immunitaire,
- la digestion,
- la croissance.

Ce qui explique toutes les **somatisations** chez les enfants exposés aux violences.

Soumis à ce stress toxique certains enfants vont présenter une réponse au stress démesurée même face à des facteurs de stress mineurs, éprouvent des difficultés à contrôler leur colère et leur anxiété et ont du mal à se sentir en sécurité dans leurs relations avec les autres.

C'est ce mécanisme biologique qui explique pourquoi les violences intrafamiliales laissent des traces durables, psychiques mais aussi somatiques.

Ces manifestations ne sont pas anodines : ce sont des stratégies d'adaptation d'un organisme qui vit dans un environnement menaçant. Le corps devient alors le lieu où le trauma s'exprime quand les mots ne peuvent pas être posés.

J'en profite pour attirer aussi votre attention sur les enfants asymptomatiques.

Mais en sus des impacts psychologiques et somatiques que je viens de mentionner, le processus délétère dans lequel est inscrit, bien malgré lui cet enfant continue : car à travers cette exposition et cette violence subie, il apprend aussi — silencieusement — des manières d'être au monde. Un enfant n'apprend pas seulement ce qu'on lui dit. Ce qu'il voit, ce qu'il entend, ce qu'il endure devient un modèle relationnel. Il apprend aussi à travers ce qu'on ne lui dit pas et de ce qu'il comprend de son environnement. Et c'est là que se joue l'un des principaux mécanismes de répétition. Et Cela peut avoir de profondes conséquences sur leur manière d'être au monde et en relation.

II. CE QUE L'ENFANT APPREND : SCHÉMAS, RÔLES GENRÉS ET NORMALISATION

Parmi les effets psychologiques majeurs, et les mécanismes que l'enfant va intégrer : il y a ce que le psychologue Martin SELIGMAN (1970) et reprise par Léonore Walker à l'endroit des violences conjugales a nommé **l'impuissance apprise**.

Il s'agit d'un état psychologique, résultat d'un apprentissage dans lequel le sujet fait l'expérience de son absence de maîtrise sur les événements survenant dans son environnement

Ici, un enfant exposé à la violence vit une situation dans laquelle il ne peut rien faire : ni arrêter la violence, ni protéger le parent victime, ni se protéger lui-même.

Cette impossibilité de contrôler son environnement par ce qu'elle est répétée conduit à une forme de résignation.

À l'âge adulte, cela peut rendre plus vulnérable aux violences : difficulté à dire non, à poser des limites, croyance que l'on n'a pas de valeur, tolérance élevée aux comportements agressifs...

Ce n'est pas une fatalité, mais c'est un mécanisme psychologique qui explique en grande partie comment un enfant exposé peut devenir un adulte victime. De plus, quand il est exposé à des violences conjugales, il intérieurise des scripts relationnels. Il apprend comment un couple "fonctionne". Il apprend qui parle, qui se tait. Qui décide, qui subit. Qui a le droit d'être en colère, et qui a le devoir de se taire.

C'est ainsi que se construisent des croyances :

- "La colère s'exprime en criant ou en frappant."
- "L'amour implique du contrôle."
- "Un homme doit se faire respecter." – « Une femme doit supporter. »

Ces schémas deviennent des modèles de résolution de conflits, des modèles d'intimité, des modèles de pouvoir. Plus tard, à l'âge adulte, ils peuvent se traduire par :

- des difficultés à réguler la colère ;
- des comportements de domination ou au contraire de soumission ;
- une vision faussée de ce qu'est une relation saine ;
- une incapacité à poser des limites ou à en respecter ;
- et parfois, malheureusement, la reproduction des violences subies ou observées.

C'est un véritable apprentissage social de la violence.

Mais pour comprendre pourquoi certains enfants deviennent auteurs, il ne suffit pas d'examiner ce qu'ils ont appris : il faut aussi comprendre les dynamiques criminologiques qui amplifient le risque.

III. DU RISQUE À LA RÉPÉTITION : L'APPROCHE CRIMINOLOGIQUE

Sur le plan criminologique, la question est centrale : un enfant exposé à la violence devient-il un auteur de violence ?

La réponse n'est jamais univoque, et surtout pas déterministe. Tous les enfants exposés ne deviennent pas auteurs, loin de là. Toutefois, la littérature scientifique montre que parmi les auteurs de violences conjugales :

Une proportion significative, de 30 à 60 %, a été exposée à des violences dans l'enfance, comme victime directe ou témoin.

Pour comprendre plus finement ce risque, la criminologie distingue deux types de facteurs : les facteurs statiques et les facteurs dynamiques.

1. Les facteurs statiques

Ce sont des éléments du passé, non modifiables, qui augmentent le risque statistique de comportements violents, les fameux critères ACEs évoqués précédemment.

Dans le cas des violences intrafamiliales, ils incluent l'exposition aux violences dans

l'enfance, la maltraitance physique ou émotionnelle, la négligence, l'environnement familial instable, les séparations précoces, les traumatismes non résolus.

Ces facteurs n'expliquent pas tout, mais ils constituent un terrain de vulnérabilité sur lequel d'autres variables peuvent se greffer.

2. Les facteurs dynamiques

Ce sont les facteurs évolutifs, modifiables, qui influencent directement le passage à l'acte et la récidive. On en retrouve plusieurs chez les personnes auteures de violences conjugales :

- la difficulté de régulation émotionnelle et l'alexithymie qui est l'incapacité à identifier ses émotions : dans l'accompagnement des auteurs, bien qu'il n'y ait pas de profil type, il y a des constantes qui apparaissent. Beaucoup n'ont jamais appris à reconnaître, comprendre ou verbaliser leurs émotions. Ni chez eux, ni dans la société, ni dans les modèles masculins qu'on leur a transmis.
- les croyances légitimant la domination ou minimisant la violence,
- les distorsions cognitives liées au contrôle ou à la jalousie,
- les compétences relationnelles limitées,
- la consommation d'alcool ou de substances,
- l'isolement social,
- la précarité,
- la réaction impulsive au stress.

Tous ces éléments composent un terreau propice au passage à l'acte.

Mais la connaissance de ces facteurs dynamiques sont essentiels car ce sont eux que l'accompagnement peut faire bouger. Ils permettent d'expliquer pourquoi deux personnes ayant vécu des expériences similaires dans l'enfance peuvent évoluer de manière très différente :

C'est la combinaison entre les vulnérabilités du passé (facteurs statiques) et les conditions psychologiques et sociales du présent (facteurs dynamiques) qui façonne le risque.

Autrement dit, l'enfance explique une partie de la vulnérabilité, mais ce sont les facteurs dynamiques — ceux d'aujourd'hui — qui déterminent réellement le passage à l'acte. Et c'est précisément parce qu'ils sont modifiables qu'intervenir auprès des auteurs est indispensable.

L'enjeu n'est pas d'établir une causalité directe et évidemment pas de justifier la violence exercée, l'enjeu est bien de comprendre les mécanismes en jeu dans le processus du passage à l'acte pour mieux en saisir la source, et donc permettre aux professionnels d'agir/d'accompagner la prévention :

IV. LES FACTEURS DE PROTECTION : CE QUI EMPÈCHE LA RÉPÉTITION

Mais malgré ces risques, la trajectoire n'est jamais figée. Car là où il y a des vulnérabilités, il peut aussi y avoir ce qu'on appelle des facteurs de protections, qui permettent la résilience.

Ces facteurs de protections sont multidimensionnels : il y a les ressources internes ou individuels (comme sa maturité émotionnelle, sa confiance en soi, une énergie positive, ses aptitudes cognitives à développer des stratégies d'adaptation, ses compétences sociales...). Mais ils sont aussi externes avec des soutiens familiaux et sociaux stables et sécurisants, par exemple, en situation de violences conjugales, la séparation est un facteur de protection, un environnement soutenant, etc etc. J'ajouterais qu'inclure les parents avec des mesures de soutien et d'étayage sur rôle parental, peut favoriser un effet protecteur.

Mais surtout et avant tout la possibilité de parler, nommer, de comprendre, de mettre des mots ; Tout ce qui permet à l'enfant de sortir du silence et de la confusion fait baisser le risque de répétition. Et pour reprendre les propos d'un psychosociologue **« Tout ce qui ne s'exprime pas s'imprime ».**

CONCLUSION

Aujourd'hui, l'ensemble des apports sur les mécanismes — psychologiques, somatiques, sociologiques, éducatifs et criminologiques — nous oblige à considérer les violences intrafamiliales comme des violences systémiques, transgénérationnelles, qui marquent les corps, les psychismes et les trajectoires.

Pour les interrompre, il est indispensable de sortir des approches cloisonnées. On ne peut pas protéger les enfants si l'on n'accompagne pas les victimes. On ne peut pas accompagner les victimes si l'on ne travaille pas aussi avec les auteurs. On ne peut pas prévenir les récidives si l'on ne regarde pas ce que les enfants ont traversé.

Une réponse cohérente aux violences nécessite une prise en charge globale, réellement articulée : Aucun acteur, seul, ne peut porter cette complexité.

C'est pourquoi la lutte contre les violences intrafamiliales impose un maillage partenarial décloisonné, coordonné et lisible : pour que chaque professionnel sache à qui transmettre, comment relayer, et dans quelles conditions sécuriser le parcours des familles.

Certaines avancées existent, comme les dispositifs destinés aux enfants dont la mère a été victime de féminicide.

C'est une reconnaissance essentielle : ces enfants sont des orphelins de violences. Mais cette avancée reste encore trop partielle.

Elle laisse dans l'ombre des centaines de milliers d'enfants co-victimes dont la mère est vivante — et qui, eux aussi, ont besoin d'être protégés, accompagnés, entendus.

Je voudrais insister sur un point essentiel : **rien n'est figé**.

Les recherches sur les facteurs de protection nous le montrent : dès lors qu'un enfant, rencontre un adulte sécurisant, un environnement structuré, un espace où les mots peuvent se poser, il peut réécrire sa trajectoire.

Parce que chaque enfant qui grandit dans la violence porte une histoire qui n'était pas la sienne, et que notre rôle, à nous professionnels, c'est de lui permettre de reprendre la main sur ce qu'elle ou il deviendra.

Je vous remercie de votre attention