

# Et si c'était plus qu'une chicane ?

La frontière entre une simple dispute de couple et la violence conjugale peut parfois sembler floue, mais il est essentiel de pouvoir les distinguer afin de protéger efficacement les personnes concernées. **Quatre critères permettent d'éclairer cette distinction :** l'agression, l'intention, l'impact et le dénouement.



## PENDANT UNE CHICANE DE COUPLE

Les conjoints peuvent avoir des échanges teintés de colère ou accompagnés de gestes agressifs.

## L'agression



## EN SITUATION DE VIOLENCE CONJUGALE

Un conjoint adopte des comportements agressifs intentionnels et réfléchis, afin de contrôler l'autre.

## L'intention

### PENDANT UNE CHICANE DE COUPLE

Les parties cherchent à faire valoir leur point de vue et convaincre l'autre de la légitimité de leur position. Ce qui importe, c'est le sujet de la dispute.

### EN SITUATION DE VIOLENCE CONJUGALE

L'agresseur cherche à imposer sa volonté, au point de blesser sa victime pour la soumettre. Ce qui importe, c'est de gagner à tout prix.

## L'impact

### PENDANT UNE CHICANE DE COUPLE

Sans crainte l'un de l'autre, les deux partenaires se sentent libres de réagir. Leurs réactions restent focalisées sur l'objectif de défendre leur point de vue et de « gagner » le différend.

### EN SITUATION DE VIOLENCE CONJUGALE

La victime ne se sent pas libre de réagir, redoutant les conséquences si elle s'affirme. Elle ajuste ses réactions pour apaiser la situation et prévenir des représailles plus graves.

## Le dénouement

### PENDANT UNE CHICANE DE COUPLE

Le couple est en mesure de relâcher la tension, chacun pouvant reconnaître qu'il a dépassé les limites et présenter des excuses sincères.

### EN SITUATION DE VIOLENCE CONJUGALE

L'agresseur refuse d'admettre ses torts et cherche à justifier ses actions. Il recourt à diverses stratégies, comme le déni, la minimisation de ses actes ou l'invocation de circonstances atténuantes.



Maison  
**Simonne  
Monet  
Chartrand**

Si tu t'interroges sur ta relation ou sur celle d'une personne de ton entourage, La **Maison Simonne-Monet-Chartrand** t'encourage à consulter une professionnelle. Pour obtenir du soutien rapidement, une intervenante est disponible 24/7 avec notre ligne d'écoute au **450 658-9780**. Pour en savoir davantage sur la violence conjugale, visite notre site : [maisonsmc.org](http://maisonsmc.org).