

LES VIOLENCES FAITES AUX FEMMES : CONSÉQUENCES PSYCHOLOGIQUES

Chaque année en France, on recense plus de 270 000 femmes victimes de violences de la part de leur conjoint ou de leur ex-conjoint (SSMSI, 2025).

Ce chiffre est bien supérieur si l'on prend en compte les femmes qui déclarent avoir été victimes de violences conjugales (ONVF, 2025).

Par ailleurs, on estime que 3 femmes sur 10 subissent des violences conjugales au moins une fois dans leur vie (OMS, 2026).

Les conséquences psychologiques de ces violences peuvent être multiples :

- Psychotraumatisme
- Anxiété, crises d'angoisse
- Troubles du sommeil et alimentaires
- Comportements addictifs, comportements à risque
- Impact sur l'estime de soi, repli social, isolement
- Idées morbides, idées noires, scarifications

Le psychotraumatisme

Dans presque toutes les situations de violences conjugales, un psychotraumatisme va être présent du côté de la victime. C'est une conséquence normale de situations qui sont anormales. Traiter un psychotraumatisme nécessite des soins spécialisés en raison de la spécificité des symptômes qui sont multiples :

- Reviviscences : ruminations, souvenirs ou pensées intrusives, flash-back, rêves ou cauchemars répétitifs
- Stratégies d'évitement : lieux ou situations rappelant les violences vécues
- Hyperactivité neuro-végétative : hypervigilance, sursauts, ruminations, réveils nocturnes, insomnies, troubles de la concentration et de l'attention

Les effets de l'emprise et du contrôle coercitif

Lorsqu'une femme est victime de violences, plusieurs schémas peuvent se mettre en place rendant la violence insidieuse et très difficile à identifier, voire à réaliser pour la victime elle-même. Les deux principaux concepts associés sont l'emprise et le contrôle coercitif.

L'emprise peut être définie par un processus de domination progressif et insidieux, où la victime voit son seuil de tolérance repoussé peu à peu, sans s'en apercevoir. L'agresseur exerce un contrôle subtil qui affaiblit la victime psychologiquement.

Le contrôle coercitif est un concept désignant une stratégie globale de manipulation pour dominer et surtout contrôler la victime sans nécessairement recourir à la violence physique.

Les conséquences psychologiques de l'emprise et du contrôle coercitif sont donc multiples :

- Culpabilité intense et honte
- Sur-responsabilisation
- Résignation et sentiment d'impuissance, d'acceptation de la situation
- Peur de ne pas être crue
- Doute de ce qui est vécu, déréalisation
- Ambivalence vis-à-vis de l'auteur entraînant un conflit de loyauté
- Repli social et difficultés à demander de l'aide
- Perte de confiance en soi
- Insécurité
- Désorganisation chronologique et du discours
- Mécanismes de défense spécifiques

Le psychotraumatisme

Dans presque toutes les situations de violences conjugales, un psychotraumatisme va être présent du côté de la victime. C'est une conséquence normale de situations qui sont anormales.

Traiter un psychotraumatisme nécessite des soins spécialisés en raison de la spécificité des symptômes qui sont multiples :

- Reviviscences : ruminations, souvenirs ou pensées intrusives, flash-back, rêves ou cauchemars répétitifs
- Stratégies d'évitement : lieux ou situations rappelant les violences vécues

Hyperactivité neuro-végétative : hypervigilance, sursauts, ruminations, réveils nocturnes, insomnies, troubles de la concentration et de l'attention

Par ailleurs, plus la durée d'exposition et l'intensité des violences subies sont importantes, plus il y a des chances que la victime développe un Trouble de stress post-traumatique complexe. Dans ce cas, d'autres symptômes peuvent être présents :

Altérations négatives persistantes des cognitions et de l'humeur : colère, insensibilité émotionnelle, perte de la confiance en soi, perte de l'estime de soi, détachement émotionnel des autres

Altérations émotionnelles impactant la vie en société : détresse dans les relations et la vie sociale, altération dans la capacité à travailler ou effectuer des tâches importantes



A retenir

- Les violences faites aux femmes présentent d'importantes conséquences sur le plan psychologique, nécessitant une prise en charge et un accompagnement spécifique. En tant que professionnel, il y a donc une nécessité :
- De dépister systématiquement les violences
- De ne pas rester seul(e) et de travailler en réseau ou de manière pluriprofessionnelle

Sources

Les violences sexistes et sexuelles en France en 2024, ONVF, Lettre n° 25, novembre 2025
Violences à l'égard des femmes, OMS, juin 2026
Violences conjugales enregistrées par les services de sécurité : quasi-stabilisation en 2024, SSMSI, Interstat n° 56, octobre 2025