

CENTRE D'ENTRAIDE LA BOUSSOLE INC.

Dynamique relationnelle et structure de violence

Dépendance et co-dépendance affective et
toxicomanie

Par : René GAGNON, s.a.m.

2009

7, RUE LAVAL NORD, GRANBY (QUÉBEC) J2G 5V6

Lors d'une audition au tribunal d'une cause en violence conjugale, pour expliquer la dynamique relationnelle d'un couple, j'ai composé ce document qui se voulait succinct, car il était déposé au tribunal lors de mon témoignage d'expert en toxicomanie, ce 20 mai 2009.

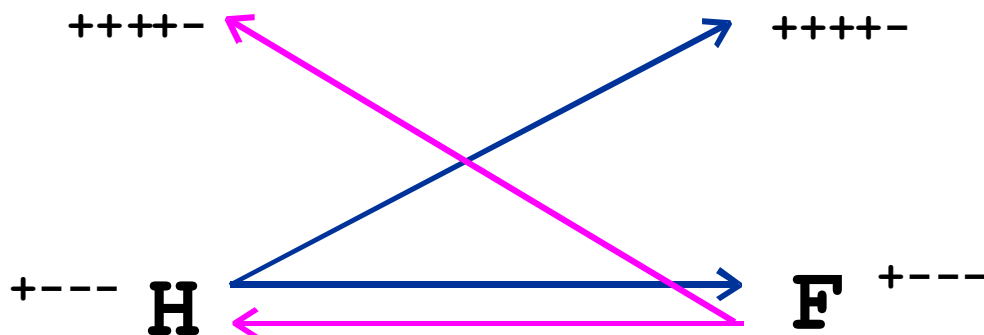
Dans ma pratique professionnelle en toxicomanie, j'ai rencontrée deux dynamiques relationnelles qui impliquent une structure de violence. Ces deux dynamiques sont issues d'une relation de dépendance affective.

La première est celle basée sur le regard que les partenaires se renvoient mutuellement.

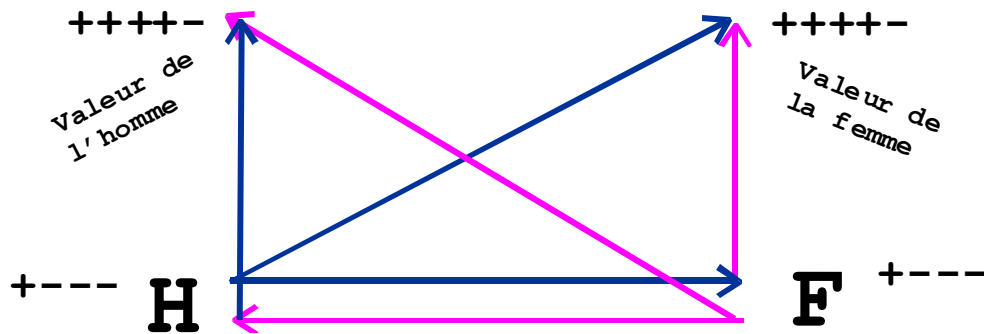
Un homme qui a une basse estime de lui-même est attirée par une femme qui, elle aussi, a une basse estime d'elle-même.



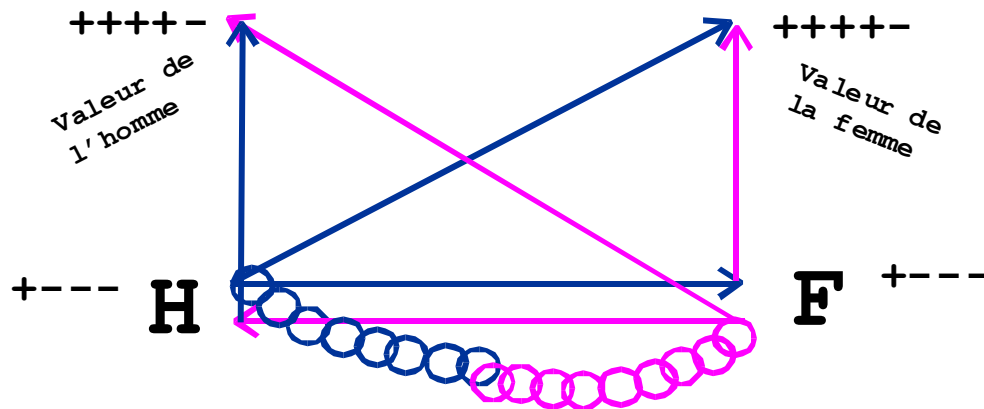
Lorsque les deux se rencontrent, ils se disent qu'ils sont merveilleux, qu'ils sont l'amour de leur vie. Ils ne voient que les beaux côtés de chacun, même s'ils se disent qu'ils ont peut-être quelques petits défauts. Il y a donc augmentation de l'estime de soi.



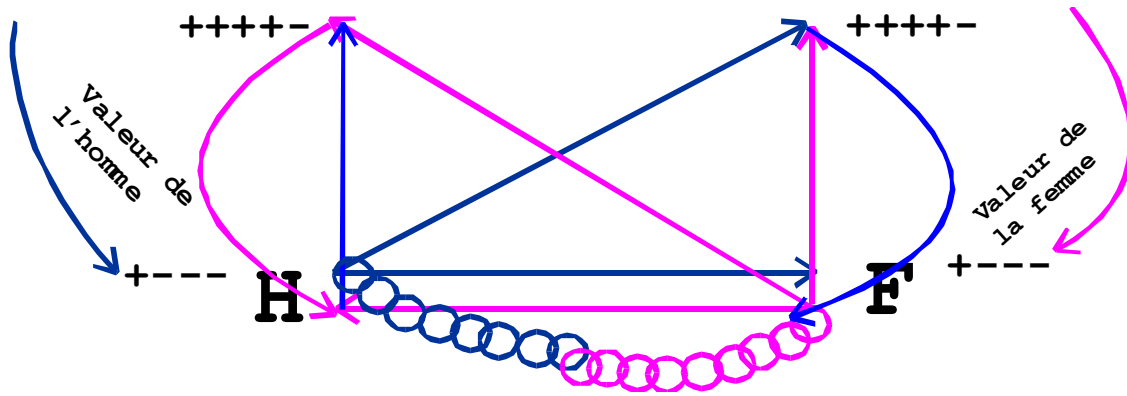
La valeur de l'homme dépend du regard que sa partenaire lui porte et la valeur de la femme dépend également du regard de son partenaire.



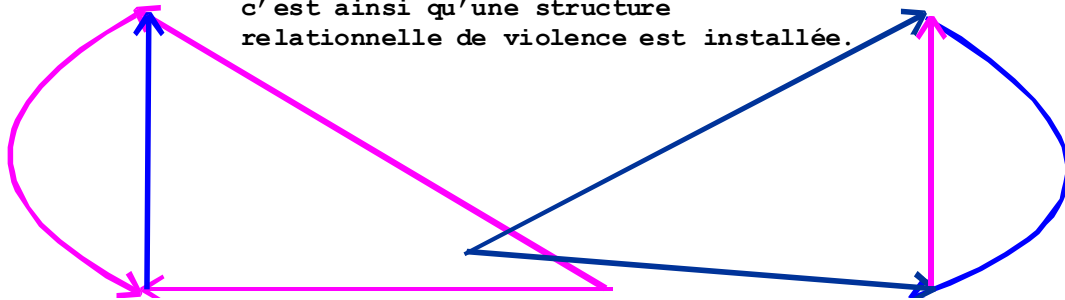
Dans une telle relation, les deux partenaires sont très insécures puisqu'ils estiment que leur partenaire leur est de beaucoup supérieur et qu'ils ne le méritent pas vraiment. Si l'autre partenaire s'apercevait vraiment qui il est réellement, alors ça serait la rupture. Pour ne pas perdre cette relation, les deux partenaires vont utiliser des stratégies de contrôle.



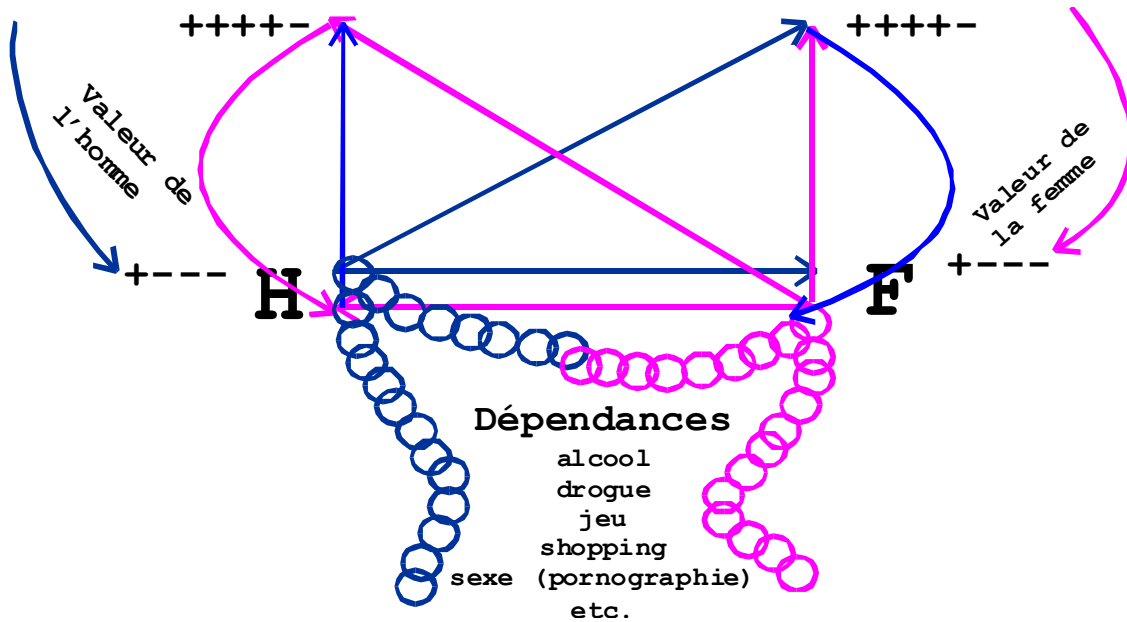
Dans ce type de relation, les deux partenaires ne se sentent pas libres et ils se sentent étouffés. Alors les conflits apparaissent. C'est alors qu'ils se disent qu'ils ne sont pas à la hauteur de leur regard qu'ils ont l'un sur l'autre, mais qui ils sont vraiment. Je te donnais un 9,5 sur 10, alors que tu n'es qu'un 2 sur 10. C'est alors que la violence verbale apparaît.



Alors, on se parle via des mégaphones et c'est ainsi qu'une structure relationnelle de violence est installée.



Les deux partenaires s'engagent donc dans une relation plus destructrice que constructive et les deux, en raison de leur insécurité, ont peur de l'échec et de se retrouver seul. Ils vont donc tout faire pour tenter de sauver ce qui est déjà perdu. C'est alors que pour survivre à une relation aussi étouffante, il y a développement d'une autre dépendance ou d'une maladie psychosomatique pour compenser l'insatisfaction de la relation maritale.



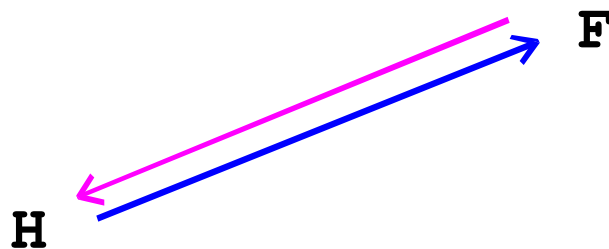
L'échec des dépendances ou de la maladie pour tenter de réguler se système aboutira à la violence physique ou à la rupture. Le partenaire qui se sent rejeté, n'ayant plus le regard de l'autre pour le soutenir arrivera à la conclusion qu'il ne vaut rien. Le risque de suicide est alors fort important à moins qu'une nouvelle relation fasse son apparition.

Les personnes qui s'estiment être des 2/10 vont être attirées par des 2/10 qui vont les aimer comme des 2/10 et les faire ressentir comme des 2/10. Ce sont des relations vouées à l'échec tant et aussi longtemps que les personnes n'augmenteront pas leur estime d'eux-mêmes.

Le deuxième type de relation issue de la dépendance affective et qui implique une structure de violence est celle de la dynamique entre sauveur et à être sauvé.

Le sauveur a besoin qu'on ait besoin de lui et le sauvé a besoin qu'on prenne soin de lui. Il y a donc établissement, au départ, d'une relation inégalitaire.

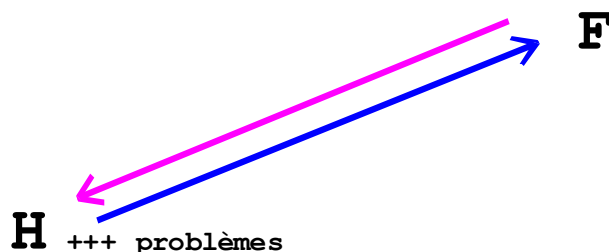
Dans ma clientèle, habituellement, dans une première relation, le rôle de sauveur est assuré par la femme tandis que la personne à être sauvée est celui de l'homme.



La femme est donc attirée par un homme à problème et elle croit que son amour va le sauver (entendu comme va le changer, le tirer de ses problèmes).

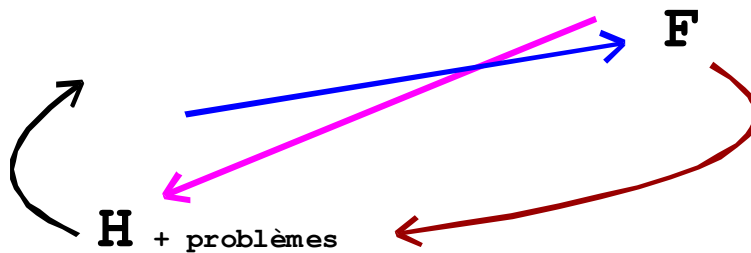
L'offre de la femme, au tout début, va plaire à l'homme parce qu'il est en besoin et qu'il a besoin qu'on prenne soin de lui. Sauf qu'il n'est pas vraiment clair que l'homme veut changer et qu'il est prêt à passer à l'action.

Il le désire peut-être et il sait qu'il lui serait préférable de résoudre ses problèmes.

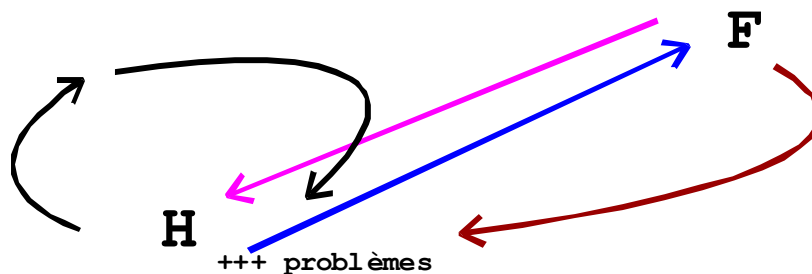


Si l'homme parvient à améliorer son sort, alors toute tentative d'établir une relation égalitaire est paradoxalement réprimée par

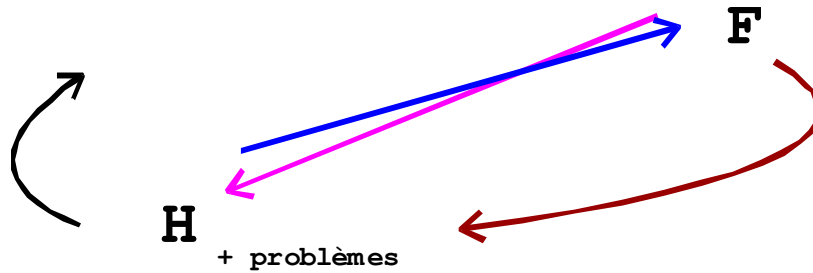
la femme, parce que celle-ci n'a de valeur que lorsqu'elle est en train de sauver. Si elle cesse de sauver, elle se sent inutile. Alors il faut rétablir la relation à son point de départ de "sauveteur-sauvé". Il n'est pas question que le sauveteur apprenne au baigneur comment nager parce qu'ainsi il perd sa fonction.



Il y a deux réactions possibles à cette tentative du rétablissement de la relation d'origine. La première est que l'homme retourne à ses anciens déboires.



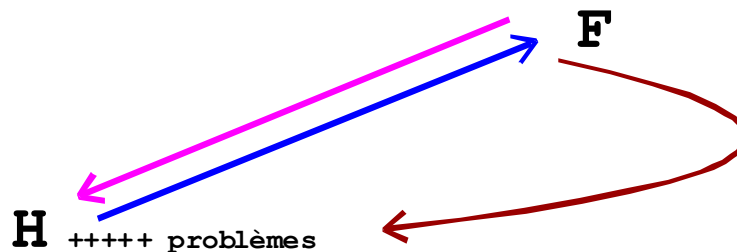
La seconde en est une de réaction à l'encontre de la tentative de la part de sa partenaire de le rabaisser. Si, il n'y a pas entente sur une relation égalitaire, une dynamique de violence va s'installée, parce que les deux ne veulent pas quitter la relation en raison du bien qui a été fait.



Encore une fois, si la dynamique ne se stabilise pas, il y aura recours à d'autres dépendances pour compenser les insatisfactions de la relation maritale.

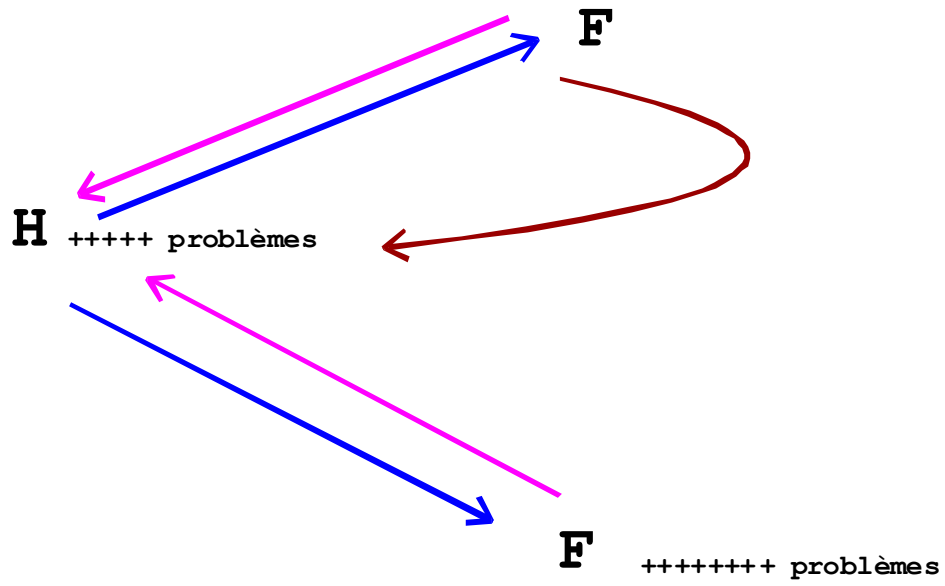
Dans l'éventualité, où la personne à être sauvée ne voulait pas vraiment changer. Alors, le Sauveur se transforme en agresseur en faisant un paquet de reproches que tout ce qui a été fait et enduré pour aider la personne à être sauvée n'a donné aucun résultat. La personne à être sauvée réagira en disant qu'elle n'avait rien demandé et elle sentira comme une agression les reproches qu'elle croit non-mérités ou encore elle se sentira coupable et honteuse et qu'elle ne mérite pas le sauveur qu'il l'a tant aimée.

Dans cet état, la problématique de la personne à être sauvée sera renforcée.



L'enfermement dans des comportements problématiques ne fera qu'augmenter les frustrations et les colères du Sauveur qui peut aller jusqu'à la violence physique. La personne à être sauvée réagira avec violence à la violence qui lui est faite. La rupture du couple n'est plus qu'une question de temps.

La personne à être sauvée est tannée de se sentir toujours inférieure, alors elle tentera une nouvelle relation, cette fois-ci en jouant le rôle de sauveur.



La nouvelle relation sera encore plus conflictuelle que la première en raison de l'augmentation des problèmes chez chaque partenaire.