

## **EXERCICE D'INTERVIEW D'YSEULT THÉRAULAZ**

### **VIVRE AVEC UNE VICTIME D'AGRESSION SEXUELLE, UN DÉFI QUI SE SURMONTE AVEC AMOUR ET COMPRÉHENSION**

**TÉMOIGNAGE** Grégory\* a appris à vivre avec les troubles psychologiques de la femme qui partage sa vie depuis plus de six ans. Deux ans avant de connaître Grégory\*, Anne\* est séquestrée et violée par son ancien compagnon. Le non-lieu prononcé par le tribunal dans le procès intenté contre son agresseur perturbe à nouveau son état psychique et physique. Elle souffre de stress post-traumatique, de vaginisme et de trouble borderline (*voir encadré*). En se documentant sur les problèmes de sa compagne et en apprenant à décrypter ce qui se cache derrière ses réactions excessives, Grégory\* a trouvé le moyen d'éviter la rupture. Aujourd'hui, Anne\* garde des séquelles de son agression mais les thérapies, les médicaments et la compréhension de Grégory\* lui permettent de mener une vie normale. Il explique comment ils sont parvenus à faire face.

#### **Avant d'emménager avec Anne\*, étiez-vous au courant des violences que son ancien compagnon lui avait infligé et des séquelles psychologiques qui en découlent?**

Non. Nous nous connaissions depuis plusieurs mois et tout allait bien. Au début d'une relation on est tout feu tout flamme, je ne me doutais de rien.

#### **Si vous aviez su, cela aurait-il changé quelque chose?**

Honnêtement, oui. Je ne me serais peut-être pas lancé dans cette relation... Il y a eu des tensions incroyables entre nous.

#### **Quel a été le pire moment dans votre vie de couple?**

La période du procès, puis du non-lieu a été atroce. Je ne pouvais pas laisser Anne seule, ne serait-ce qu'à cause de son agresseur qui rôdait dans les parages. Les conséquences du stress post-traumatiques se sont manifestées de plus en plus. J'ai failli rompre.

#### **Mais vous ne l'avez pas fait...**

La solution la plus simple n'est pas toujours la meilleure. On est avec quelqu'un pour ce qu'il est, ses problèmes viennent avec!

#### **Comment se manifestent les troubles d'Anne?**

Elle a des réactions anormales à des situations banales.

#### **Par exemple?**

Je me souviens d'une discussion vive entre nous il y a plusieurs années. J'ai haussé la voix et elle s'est recroquevillée dans un coin en se protégeant la tête avec les mains. Elle pensait que j'allais la frapper! Ça m'énervait, j'avais l'impression qu'elle ne me faisait pas confiance.

#### **Cela vous a-t-il créé des problèmes en société?**

Oui. Encore aujourd'hui, Anne peut monopoliser complètement l'attention des gens avec une logorrhée interminable. Il lui arrive aussi de se refermer complètement sur elle-même. C'est ce que j'appelle «l'effet plante verte».

#### **Comment éviter que ça se produise?**

Il y a des sujets qui déclenchent une vraie panique en elle. Elle perd complètement le contrôle de ses émotions, jusqu'à ne plus savoir son nom. Je sais que tout sujet qui aborde les agressions et la violence la met dans cet état. Si nos amis commencent à parler de ce genre de choses, j'essaie de dévier la conversation.

**Les réactions d'Anne créent-elles des problèmes avec votre entourage?**

Une fois, une copine m'a dit : «La prochaine fois, viens seul.» Aujourd'hui nos amis sont au courant et sont donc plus compréhensifs.

**Et dans l'intimité?**

Les deux premières années, tout allait parfaitement bien. Mais après le procès, Anne a commencé à souffrir de vaginisme. Ça a duré trois ans. Nous n'avons pas pu faire l'amour pendant cette période.

**Quelle a été votre réaction?**

Je pensais être en cause, avoir fait quelque chose qui lui rappelait son agresseur. Avant ce non-lieu, nous avions une sexualité très épanouie. Et du jour au lendemain, plus rien ne marchait. C'est très déstabilisant.

**Comment avez-vous fait face?**

Elle m'a incité à prendre une maîtresse, mais je ne suis pas un animal! Je me suis armé de patience. Cette période d'abstinence forcée nous a permis de mieux nous connaître. J'ai compris les véritables raisons pour lesquelles j'étais en couple avec Anne. Parallèlement, je me suis énormément documenté sur ses troubles. J'ai fait des recherches sur internet, j'ai lu des livres, notamment un écrit par une femme qui a subi plus ou moins les mêmes violences qu'Anne. Je suis aussi allé avec elle chez le psychologue.

**Ces démarches ont changé quelque chose?**

Oui, énormément. En comprenant un problème, il devient plus facile à appréhender. Maintenant je sais qu'Anne n'agit pas bizarrement de façon volontaire. Je ne me braque plus face à ses réactions exagérées. Mais ça m'a pris pratiquement cinq ans avant de comprendre et de décrypter ses comportements.

**Comment voyez-vous votre avenir?**

Je suis très confiant. Anne prend un neuroleptique depuis trois ans. Il diminue certains symptômes comme la logorrhée.

**Avez-vous mis sur pied un stratagème pour surmonter les crises d'Anne?**

Je lui demande simplement comment elle va, histoire de faire un petit «pointage». Elle aurait tendance à ne pas parler quand elle va mal. Je dois donc être très attentif à elle. En cas de crise, je prends du recul. Il n'y a pas pire conseiller que les émotions.

**Yseult Théraulaz / 24 heures**

**\* prénoms d'emprunt**

**ENCADRÉ**

**Les troubles dont souffre Anne**

■ Le stress post-traumatique est un ensemble de réactions qui se développe chez une personne confrontée à un traumatisme important. Les symptômes les plus courants sont un sommeil perturbé, une irritabilité excessive, des difficultés de concentration, des flash-back répétés. Ces troubles perdurent plus d'un mois après le traumatisme.

■ Le vaginisme est une contraction involontaire des muscles péri-vaginaux. Ce spasme empêche la pénétration. L'examen gynécologique devient aussi impossible.

■ Le trouble de la personnalité borderline est un trouble de l'émotion. Les personnes qui en souffrent ont tendance à réagir plus intensément que les autres à des niveaux de stress moindres. On parle de dérégulation émotionnelle. **Y. T.**

*© Sauf accord de l'auteur et de la direction du CRFJ, ces travaux, réalisés dans le cadre de la formation, ne sont pas destinés à la publication ni à la diffusion.*