

## PARLONS-EN... À CŒUR OUVERT!

**LYSA-PIER BOLDUC**

Travailleuse de rang pour Au cœur des familles agricoles dans le Centre-du-Québec

« Les gens disaient que ça ne se pouvait pas, donc ça m'a isolé et c'est devenu ma normalité. »

## Relation toxique : le parcours d'un agriculteur

On utilise le mot « toxique » pour désigner des produits dangereux pour la santé. Les relations amoureuses peuvent aussi être toxiques, nous rendre malades, nous isoler et nous vider d'espoir. C'est ce qu'a vécu Jean-Philippe, producteur porcin, tout au long de sa relation avec Stéphanie.

Leur histoire d'amour a débuté par une rencontre inattendue. Elle s'est concrétisée avec une grossesse au cours de la même année. L'arrivée d'un premier, puis d'un second enfant aurait dû les unir. Cependant, rapidement, la relation s'est envenimée à travers les crises, les reproches et la jalousie de Stéphanie. Chaque jour, de nouvelles peccadilles engendraient leur lot de réprimandes agressives et de menaces, jusqu'au point où l'union est devenue synonyme, pour le jeune producteur, de culpabilité et de peur. Alors que le piège de la violence psychologique se refermait lentement sur lui, Jean-Philippe ne pensait qu'à protéger ses deux petits trésors et il mourait à l'idée de les perdre. Stéphanie le savait et s'en servait pour le manipuler.

Après quelques années de séparation, comment Jean-Philippe conçoit-il la relation qu'il a eue avec Stéphanie? Sa réponse est catégorique : « C'était une relation abusive qui m'a conduit à une destruction lente et douloureuse. En plus, personne ne me croyait. Ça m'a placé dans une position de doute constant. » Son ex-conjointe avait un contrôle psychologique sur lui, ce qui a contribué à l'isoler, à nuire à son estime et à le piéger dans une peur constante.

Avec le recul, Jean-Philippe constate que le fait « de ne pas avoir été cru » l'a profondément blessé. Après avoir trouvé le courage de parler de ce qu'il vivait, il s'est vu forcé de se murer dans le silence, victime des tabous, des stéréotypes et des préjugés. Jean-Philippe déplore le scepticisme de son entourage, qui n'arrivait pas à croire qu'un homme et agriculteur comme lui pouvait être une victime. Pour certains, il était impensable d'admettre qu'un homme puisse subir de la violence conjugale.

Ce refus d'écoute et d'ouverture a contribué à prolonger son cauchemar en le poussant à remettre en question ce qu'il ressentait.

### Des préjugés qui emprisonnent

On ne doit ni minimiser ni banaliser la violence psychologique vécue dans l'intimité. Les préjugés, tout comme la loi du silence, emprisonnent les victimes de violence. En s'ouvrant à leur entourage, celles-ci ne devraient pas avoir à vivre encore plus d'isolement. « Les gens disaient que ça ne se pouvait pas, donc ça m'a isolé et c'est devenu ma normalité », raconte Jean-Philippe. Aujourd'hui, il éprouve de la rancœur envers ceux qui ont vu ce qui se produisait, mais qui n'ont rien fait. Un simple accueil sans jugement de ses confidences aurait pu faire une grande différence...

Se sortir d'une dynamique de violence conjugale implique différents enjeux qui ne facilitent pas les décisions et les actions. L'agriculteur craignait que Stéphanie mette ses menaces à exécution et redoutait les répercussions sur ses enfants. « J'ai toléré, repoussé mes limites, jusqu'à oublier ce qui me définissait. Je me suis effacé à son profit », dit-il.

Par la suite, malgré une séparation initiée par elle, Stéphanie a poursuivi son contrôle sur la vie de Jean-Philippe, et même sur la nouvelle relation amoureuse de ce dernier, à travers les procédures judiciaires pour la séparation et la garde des enfants.

Aujourd'hui, même si le fantôme de Stéphanie plane encore sur lui, le producteur se bat pour récupérer le contrôle de sa vie, pour reconstruire son estime personnelle, pour semer du bonheur dans son quotidien. Jean-Philippe poursuit son objectif de reprendre confiance, se retrouver, faire la paix avec lui-même et se laisser le temps de revivre. Il encourage d'ailleurs les hommes et les femmes qui vivent de la violence psychologique à demander de l'aide et à raconter leur histoire. C'est important pour eux et pour les autres. ■

### ↳ Soumettez votre témoignage en toute confidentialité :

redaction@laterre.ca ou 1 877 679-7809  
555, boulevard Roland-Therrien, bureau 100  
Longueuil (Québec) J4H 3Y9

Pour une aide d'urgence :  
1 866 APPELLE (277-3553).

Pour l'aide d'un travailleur de rang :  
450 768-6995.