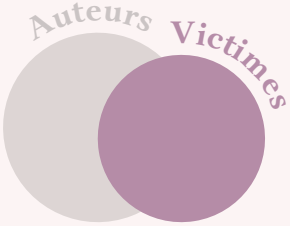
PRÉFÈTE
DE LA RÉGION
BRETAGNE

Liberté
Égalité
Fraternité

Le cycle de la violence et de l'emprise



1 LA TENSION
L'escalade

Frustrations
Refus de communiquer
Excès de colère
Silences - Jalousie
Exigences

Inquiétudes - Colères anticipées - Demande des explications - Peur
Se plie aux exigences

2 L'EXPLOSION
Passage à l'acte

Humiliations - Coups
Strangulations
Agressions sexuelles
Sensation de perte de contrôle

Colère - Révolte
Tristesse - État de choc
Désemparement
Peur de mourir

3 RESPONSABILISATION
Inversion de culpabilité

Minimisation ou déni
Rend l'autre responsable
Cherche des excuses

Intériorisation de la responsabilité
Culpabilisation
Cherche des raisons
Peur des représailles

4 LA LUNE DE MIEL
Sursis amoureux

Excuses - Promesse
« Repartir à zéro »
Cadeaux - Efforts
Peur de la rupture

Espoir - Pardon
Minimisation - Distance avec l'entourage
Retrait de plainte
Retour au domicile

Écoute et information
Violences femmes infos
24h/24 - 7j/7

3919