

BOMBARDEMENT D'AMOUR

AOÛT 2024

« BOMBARDER D'AMOUR » EST UNE FAÇON D'EXERCER SON CONTRÔLE EN SUBMERGEANT UNE PERSONNE DE MARQUES D'AFFECTION, DE CADEAUX ET DE COMPLIMENTS.

Cela commence habituellement tôt dans une relation intime et/ou immédiatement après une instance de violence pour éviter la rupture et minimiser les effets de la violence. Le bombardement d'amour peut être difficile à identifier parce qu'il peut sembler romantique et faire en sorte que la personne se sente heureuse et aimée.

Toutefois, le bombardement d'amour diffère de la romance par le fait qu'il est accompagné de comportements contrôlants. La personne qui bombarde d'amour peut forcer un engagement sérieux dès le début de la relation, demander toute l'attention de son ou sa partenaire, exiger une communication en continu et faire preuve de possessivité, ce qui culpabilise et étouffe son ou sa partenaire qui se sent mal à l'aise et sous pression.

UNE NOTE SUR LE CHOIX DE MOT :

L'utilisation du mot bombardement peut être problématique.

Soyez à l'écoute des survivantes en utilisant les termes avec lesquels elles sont à l'aise.



Je sais qu'on a soupé ensemble hier, mais allons déjeuner! Je peux pas arrêter de penser à toi.

Peut-être que c'est parce qu'on vient de la même culture, mais aucune de mes ex me comprenait aussi bien que toi. Je t'aime tellement. 😊

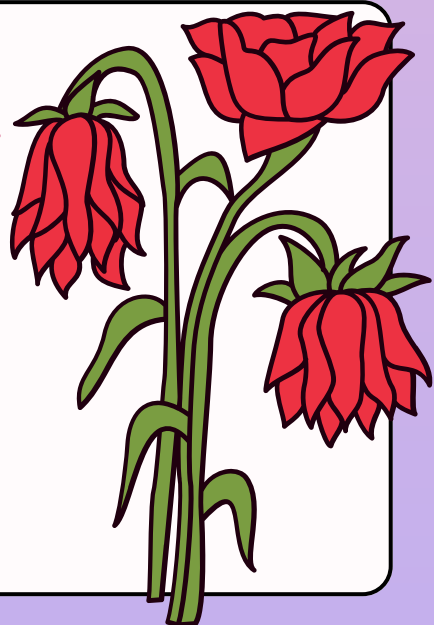
On devrait emménager ensemble aussitôt qu'on le peut!

Reviens du party svp!! Réponds-moi aussitôt que tu peux, je m'inquiète.

En plus, il faut que je te donne tes meds avant qu'on se couche.

LE BOMBARDEMENT D'AMOUR EST SOUVENT ACCOMPAGNÉ D'AUTRES FORMES DE VIOLENCE.

Une personne qui bombarde d'amour peut surveiller obsessivement son ou sa partenaire et lui imposer des attentes irréalistes, comme refuser qu'elle passe du temps seule, et réagir de façon explosive si elle n'est pas d'accord. La personne peut aussi punir la survivante si elle ne répond pas à ses attentes en lui faisant subir de la violence psychologique, physique, économique et technologique.



POUR SOUTENIR LES SURVIVANTES DE BOMBARDEMENT D'AMOUR, IL EST POSSIBLE DE :

- Les encourager à se faire confiance s'il y a quelque chose qui cloche ou si les choses avancent trop vite : « C'est correct si tu te sens pas prête pour une relation sérieuse. Quelqu'un qui te respecte et qui a ton bien-être à cœur comprendrait! »
- Discuter de quoi une relation saine peut et devrait avoir l'air pour elles : « Ton ou ta partenaire devrait comprendre quand tu es occupée. »
- Reconnaître leurs forces, leur indépendance et leurs intérêts en dehors de la relation. Par exemple : « J'ai entendu dire que tu sortais souvent danser avant – aimerais-tu recommencer à faire ça? »
- Travailler avec les survivantes pour qu'elles puissent communiquer leurs limites à leur partenaire clairement. Par exemple : « C'est vraiment sweet que tu veuilles la clé de mon appartement, mais c'est trop tôt à mon goût. »
- Créer des plans de sécurité avec la survivante.

