

En cas de
harcèlement,
il faut parler

Ça ne
passe
pas tout
seul !



Renseignements
sur la prévention
et l'action en cas
de harcèlement
psychologique,
physique ou sexuel
en milieu scolaire

Québec 

Le harcèlement... c'est quoi ?

Que tu étudies en milieu traditionnellement masculin ou non, que tu sois une femme ou un homme, tu dois savoir que le harcèlement psychologique, physique ou sexuel consiste en « une conduite vexatoire se manifestant par des comportements, des paroles, des actes ou des gestes... » qui répondent aux quatre critères suivants :

- ils sont répétés, mais une seule conduite grave peut produire un effet nocif continu ;
- ils sont hostiles ou non désirés ;
- ils portent atteinte à la dignité ou à l'intégrité psychologique ou physique ;
- ils nuisent à la qualité de vie dans un milieu d'études ou de stage.

Quelques manifestations de harcèlement

- Faire des remarques grossières, dégradantes ou offensantes.
- Poser des gestes d'intimidation, de représailles.
- Déconsidérer la personne : répandre des rumeurs sur son compte, la ridiculiser, l'humilier, l'injurier, l'obliger à réaliser des tâches dévalorisantes ou inférieures à ses compétences, simuler des fautes professionnelles qu'elle aurait commises, la harceler sexuellement.
- Empêcher la personne de s'exprimer : hurler, la menacer, l'agresser, l'interrompre sans cesse, lui interdire de parler aux autres.
- Isoler la personne : ne plus lui parler du tout, nier sa présence, l'éloigner.
- Déstabiliser la personne : se moquer de ses convictions, de ses goûts, de son orientation sexuelle, de ses croyances, de ses origines et de ses convictions.



Comment savoir si j'en suis victime?*

Le harcèlement peut:

- te blesser dans ton amour-propre;
- te faire vivre beaucoup de stress;
- te distraire de ta tâche et de tes études;
- te rendre mal à l'aise;
- te faire craindre pour ta sécurité;
- te faire abandonner tes études.

*Chaque personne réagit différemment au harcèlement. Tu dois cependant retenir que si tu ressens de l'humiliation ou un malaise face au comportement de quelqu'un et que tu aimerais mieux que ça se passe autrement dans ton école, c'est qu'il y a quelque chose d'anormal et que tu dois en parler.

Comment puis-je mettre fin au harcèlement ?

- **D'abord, il ne faut pas s'isoler et croire que ça va passer tout seul: il faut communiquer.** Tu dois en parler à un proche ou à une personne en qui tu as confiance. Cherche dans ton entourage scolaire ou familial et tu trouveras sans doute des alliés spontanés et naturels.
- **En présence de témoins, informe la personne qui te harcèle que son comportement te déplaît.** Parle calmement mais fermement afin que la personne comprenne que c'est sérieux. Ton agresseur ne réalise peut-être pas à quel point son comportement t'affecte. Le fait de l'aviser franchement et de façon respectueuse pourrait l'amener à changer d'attitude.
- Dans tes interactions avec la personne qui te harcèle, **exprime-toi brièvement et de manière positive; évite l'escalade de la violence verbale.**
- **Tiens un journal détaillé des différents incidents qui se produisent (tant les gestes graves que ceux qui t'apparaissent moins graves mais qui sont répétitifs).** Note les dates, la nature des gestes, les propos de la personne qui te harcèle ainsi que le nom des témoins de l'agression. Cela donnera du poids à ton témoignage.
- **Si la situation ne change pas,** consulte rapidement la personne-ressource de ton école pour qu'elle t'aide à trouver des solutions.

Tu as le droit d'évoluer dans un climat sain et respectueux. Si tu ressens un malaise dans ton milieu de vie, fais donc appel à des ressources qui peuvent t'aider à voir clair.



L'importance, de réagir

- **Le harcèlement sexuel est différent du flirt.** Le flirt se pratique entre partenaires consentants, tandis que le harcèlement sexuel fait référence à la notion fondamentale de non-consentement.
- Faire l'autruche ne fait pas disparaître le harcèlement. **Le silence donne de l'emprise à l'individu qui harcèle** et il passera de la subtilité au harcèlement de plus en plus direct, de plus en plus difficile à tolérer.
- Il n'est pas facile de dire non. Le fait de ne rien dire peut être interprété de bien des manières, soit comme signe d'approbation, d'hésitation ou de faiblesse. **Dans tous les cas, le silence rend vulnérable** et ne peut qu'encourager l'individu harceleur.
- La direction de l'école et le personnel enseignant ou non-enseignant qui ont connaissance d'une situation de harcèlement en milieu scolaire ou en milieu de stage doivent traiter la question rapidement et de façon confidentielle, qu'une plainte ait été déposée ou non. **Tous ont avantage à ce que les situations de harcèlement soient réglées le plus rapidement possible.**

Remarque :

Dans ce dépliant, la définition du harcèlement psychologique est inspirée de celle qui est incluse dans la Loi sur les normes du travail relatives au harcèlement psychologique au travail.

Si tu te crois victime de harcèlement ou d'un comportement hostile, voici quelques ressources qui sont là pour t'aider:

- **Tel-Jeunes (24 heures/7 jours)**
1 800 263-2266 ou www.teljeunes.com
Tel-Jeunes est une ressource qui s'adresse spécifiquement aux jeunes par écoute téléphonique ou en répondant par l'intermédiaire de son site Internet. N'hésite pas à y recourir! Tu te sentiras mieux après avoir parlé à une personne de confiance.

- **Groupe d'aide et d'information sur le harcèlement sexuel au travail (GAIHST)**
1 514 526-0789 ou www.gaihst.qc.ca

- **Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse (CDPDJ)**
1 800 361-6477 ou www.cdpdj.qc.ca

Si tu as besoin d'aide, contacte la personne suivante dans ton établissement d'enseignement:

Nom: _____

Local: _____