



LE RESPECT, C'EST POUR TOI ET MOI

*Stratégies d'intervention
à l'intention des élèves*

LE RESPECT, C'EST POUR TOI ET MOI

*Stratégies d'intervention
à l'intention des élèves*



Le Centre ontarien de prévention des agressions (COPA) est un organisme francophone à but non lucratif. Conformément à son engagement de longue date à l'égard de la création de milieux scolaires où règnent *la sécurité, la force et la liberté*, le COPA offre une panoplie de ressources multimédias et de programmes pratiques, novateurs et inspirants aux élèves de tous âges, au personnel enseignant, au personnel d'administration et au personnel de soutien, aux professionnelles et professionnels associés, aux parents et aux tuteurs et tuteuses, aux membres de la communauté ainsi qu'aux travailleuses et travailleurs communautaires.

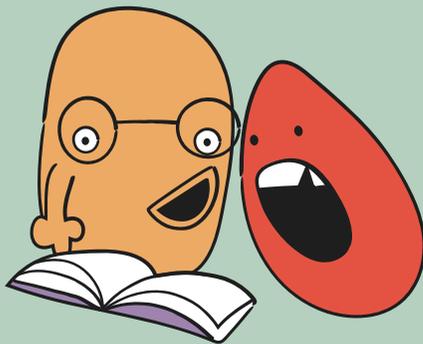
Ces programmes et ressources sont basés sur une analyse et approche cohérentes qui reconnaissent que les principes d'équité et d'inclusion sont fondamentaux au changement social. Le COPA s'efforce de faire reconnaître et respecter les droits de la personne, en particulier ceux des enfants et des personnes marginalisées.

Publié par le COPA
(Centre ontarien de prévention des agressions)
et
Le ministère de l'Éducation de l'Ontario

ISBN 978-1-7771714-0-7

© COPA, 2020. Tous droits réservés

Aucune partie de la présente publication ne peut être reproduite sans autorisation.



INTRODUCTION

Pour établir et maintenir un milieu scolaire sain, il est crucial que toutes les voix soient entendues. Le présent guide offre des outils et des idées pour nous aider à lutter contre les mythes entourant l'agression sexuelle et à promouvoir le principe du consentement. Nous pouvons, comme élèves, assumer le rôle d'agentes et d'agents de changement en discutant de ces sujets avec nos pairs, le personnel scolaire et notre famille en vue de parler du consentement et des relations saines et égalitaires. **Ce travail ne peut pas se faire sans nous!**

La première étape à franchir est de faire une prise de conscience concernant notre rôle dans la prévention des agressions à caractère sexuel en comprenant mieux les conséquences de la marginalisation. La marginalisation signifie que l'on considère qu'une personne ou un groupe de personnes sont moins importants. Notre apprentissage peut se faire par une autoréflexion sur nos préjugés, nos comportements et nos façons de penser. Nous serons ainsi plus aptes à repérer les agressions à caractère sexuel et à offrir du soutien à une ou un camarade qui dévoile cette expérience traumatique. **Un processus en trois étapes nous permettra de développer notre propre autonomisation tout en comprenant comment aider nos ami.e.s et nos pairs à trouver le soutien et les ressources mis à leur disposition à l'école et dans la communauté.**

1 PERSONNEL : Réfléchissez à vos propres relations et idées et celles que vous voyez autour de nous. Est-ce qu'elles facilitent l'agression sexuelle?

2 PAIRS : Partagez vos capacités et vos connaissances avec vos ami.e.s et camarades de classe pour aider à reconnaître et prévenir une agression sexuelle.

3 COMMUNAUTÉ : Collaborez avec des adultes en qui vous avez confiance et trouvez les ressources qui peuvent vous aider ainsi que vos pairs.

Certaines personnes parmi nous peuvent avoir été victimes d'agression sexuelle et il se peut qu'elles en portent encore les séquelles. Il est important de ne pas oublier cette partie de leur vie et de demander de l'aide au besoin. **Cela nous aidera à soutenir les autres.**

EN QUOI CONSISTE L'AGRESSION SEXUELLE?

Les agressions sexuelles ne sont pas commises d'une seule façon ou suivant une seule tendance ou dans une seule circonstance. Par exemple, la personne qui est victime d'une agression sexuelle peut connaître ou non la personne qui l'agresse. **L'agression peut être commise par une ou plusieurs personnes.**

EXEMPLES D'AGRESSION

- Agression sexuelle facilitée par la drogue
- Attouchements non voulus et avances sexuelles
- Cyberharcèlement et exploitation
- Exhibitionnisme
- Harcèlement
- Inceste
- Relation sexuelle avec une personne mineure
- Traque
- Viol
- Voyeurisme

En outre, la personne qui agresse l'autre peut utiliser une combinaison de pouvoir physique, psychologique et social. **Ce déséquilibre du pouvoir est l'élément commun à toutes les agressions sexuelles.**

ÉLÉMENTS PRÉSENTS

- Contraintes, menaces
- Cruauté
- Déséquilibre du pouvoir (genre, race, âge, taille, capacité, etc.)
- Secret

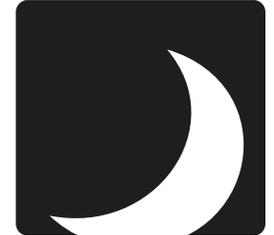
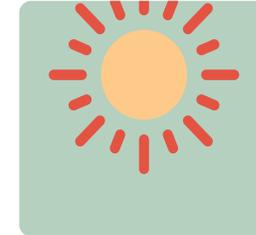
TYPES DE FORCE

- Force physique
- Gestes et langage corporel
- Menaces implicites et explicites
- Mots
- Pression implicite et explicite

PERSONNES MARGINALISÉES

- Filles et femmes
- Garçons
- Personnes ayant un handicap
- Personnes des Premières Nations, métisses et inuites
- Personnes immigrantes, réfugiées et sans papier
- Personnes LGBTQ2S
- Personnes noires et racialisées

Les personnes marginalisées sont plus vulnérables aux agressions sexuelles pas en raison d'une vulnérabilité inhérente, mais en raison de la marginalisation individuelle et structurelle. Les personnes qui ont plusieurs identités marginalisées sont plus susceptibles d'être agressées et la violence risque d'être beaucoup plus grave.



Une agression sexuelle peut survenir à n'importe quelle heure du jour ou de la nuit.



Une agression sexuelle peut avoir lieu n'importe où. Dans une maison connue ou inconnue, à l'école, dans un endroit public ou même en ligne. L'agression peut se produire dans toutes les communautés qui vivent de l'oppression et de l'inéquité.



Une agression sexuelle peut être commise par n'importe qui. Une personne connue : amie, ami, connaissance, tutrice ou tuteur, entraîneuse ou entraîneur, une personne ayant du pouvoir en raison de son identité sociale; une personne du même sexe ou du sexe opposé.



L'ACS a des conséquences graves sur les personnes qui la subissent. La réaction à une agression est différente pour chaque individu : **il n'existe pas de réaction « normale » unique aux ACS.** Les répercussions peuvent être psychologiques, émotionnelles ou physiques et peuvent être de courte ou de longue durée.

RÉPERCUSSIONS

- Angoisse ou crise de panique; syndrome de stress post-traumatique ou autres problèmes de santé mentale.
- Changement dans le rendement scolaire.
- Changement de comportement ou de personnalité (isolement social, agression, évitement ou passivité).
- Peur, honte, culpabilité, blâme, colère.
- Émotions intenses ou manque d'émotions, confusion, déni, désorientation.
- Souvenirs perturbants et intrusifs, cauchemars.
- Blessure corporelle.
- Usage problématique d'alcool et d'autres drogues.
- Difficultés relationnelles soudaines.
- Idée suicidaire, tentative de suicide, suicide.
- Maux d'estomac, de tête, troubles de l'alimentation.
- Grossesse inattendue, infections transmises sexuellement et par le sang (ITSS).

Trop souvent, la prévention des agressions sexuelles incombe aux personnes qui sont le plus à risque d'en subir. La stratégie la plus efficace est de redresser le déséquilibre du pouvoir. Une société qui considère que tout le monde est égal, peu importe le sexe, le genre, la race, l'âge et la capacité, contribue à réduire la vulnérabilité et à prévenir les agressions sexuelles.

EN QUOI CONSISTE LE CONSENTEMENT?

Le consentement est à la base de toutes les relations saines, surtout celles de nature sexuelle ou romantique. Le principe du consentement est à la base d'une société saine où l'agression à caractère sexuel (ACS) ou toute autre forme d'agression ne sont pas tolérées.

L'ACS comprend tout contact sexuel ou toute attention sexuelle sans consentement. Lors d'une agression à caractère sexuel, une personne en position de pouvoir se sert de force en exploitant le déséquilibre du pouvoir pour imposer un contact sexuel ou une attention sexuelle à une autre personne. Le consentement est un choix informé, libre, explicite et authentique qui change selon l'évolution de l'activité, du contexte et des circonstances de la situation et qui est **révocable à tout moment**¹.



Le consentement ne peut être obtenu si l'agresseur abuse d'une position de confiance, de pouvoir ou d'autorité



Ne peut jamais être obtenu au moyen de menaces ou de contrainte



Ne peut être déduit d'un silence ou de l'absence d'un refus



Ne peut être donné si la victime est sous l'influence de drogues ou d'alcool ou si elle est inconsciente



N'est jamais présumé ni implicite



Ne peut être donné si l'enfant a moins de 16 ans*

*Peut être donné dans la mesure où l'autre a approximativement le même âge et qu'il n'y a aucune relation de pouvoir préexistante.

UN OUI LIBRE

Ai-je donné le choix à la personne? Est-ce qu'elle a la capacité de dire : « oui » ou « non »? Est-ce qu'elle peut dire « non » sans aucune crainte ni pression?

UN OUI AUTHENTIQUE

Ai-je entendu « oui »? Est-ce un oui authentique? Ai-je vérifié que la personne voulait la même chose que moi? Ai-je observé son :

- Expression faciale
- Langage corporel
- Ton de voix
- Regard

UN OUI INFORMÉ

Ai-je exprimé mes attentes et mes intentions? Est-ce que je crois vraiment que la personne comprend son choix? Lui ai-je donné toute l'information dont elle avait besoin? Ai-je la certitude qu'elle a la pleine capacité de comprendre ce que je lui ai dit?

ROUE DU CONSENTEMENT

Les trois réponses doivent être « oui » pour qu'il s'agisse d'un consentement.

AUTORÉFLEXION

Ce que nous entendons autour de nous peut façonner nos idées sur le monde, mais ces idées peuvent parfois exprimer des points de vue dépassés et des stéréotypes liés au genre et à la sexualité. Si nous nous interrogeons sur les attitudes et croyances que les gens ont adopté à la maison, à l'école et dans la communauté, nous pourrions choisir d'agir autrement dans les situations d'agression sexuelle et de promouvoir le principe du consentement.

Il est important de reconnaître que l'agression sexuelle est courante dans une culture de viol qui maintient l'oppression de toutes les personnes marginalisées. **L'agression sexuelle fait suite aux conditions collectives qui maintiennent le pouvoir entre les mains de certains groupes et en marginalisent d'autres.** Le cycle de la violence est créé et perpétué lorsque des idées et valeurs négatives sont transmises d'une génération à l'autre.

Il se peut qu'un jour un.e ami.e ou un.e camarade de classe qui a été agressé.e sexuellement nous demande de l'aider. Si nous prenons le temps de réfléchir avant, pendant et après cette intervention difficile, nous pourrions mieux comprendre ce qui s'est passé au lieu d'être emportés par les émotions².

1 AVANT L'ACTION : Réfléchissez avec un esprit critique à l'agression sexuelle. Pensez à la façon dont vous en parleriez aux autres.

2 DURANT L'ACTION : Écoutez. Offrez votre appui. Que dit l'autre personne? Que veut-elle?

3 APRÈS L'ACTION : Analysez comment s'est déroulée la situation. Est-ce que vous feriez les choses autrement la prochaine fois? Faites des suivis.

Il est évident que nous n'avons pas toujours le temps de nous préparer adéquatement avant d'entamer une discussion complexe sur les agressions sexuelles. En comprenant mieux vos propres croyances, vous serez mieux préparés peu importe ce que la vie vous réserve.

RELATIONS SAINES

Les amitiés et liens positifs que nous avons avec nos pairs et les adultes dans notre vie peuvent nous aider à créer une atmosphère de sécurité et de bien-être. **Les éléments suivants sont essentiels à une relation saine.** Est-ce qu'ils sont présents dans vos relations et dans celles que vous voyez autour de vous³?



VÉRITÉ ET NÉGOCIATION : Essayez de trouver une solution au conflit qui satisfera toutes les personnes concernées. Acceptez de changer et de faire des compromis.



CONFIANCE ET SOUTIEN : Appuyez les objectifs des autres. Respectez leur droit d'avoir leurs propres sentiments, activités, ami.e.s et opinions.



COMPORTEMENT NON MENAÇANT : Agissez et parlez de façon à permettre à l'autre de se sentir en sécurité et libre de parler.



RESPECT : Écoutez sans juger. Essayez de comprendre les autres et attachez de l'importance à leur opinion.



RESPONSABILITÉ PARTAGÉE : Mettez-vous d'accord sur le partage équitable. Prenez des décisions ensemble.



HONNÊTETÉ ET RESPONSABILITÉ : Assumez la responsabilité de vos actions. Admettez vos torts. Communiquez ouvertement.

RELATIONS SAINES

PHYSIQUE

- Caresses
- Bises
- Se tenir la main
- Attouchements intimes, sexuels

(AVEC CONSENTEMENT)

ÉMOTIONNEL

- Appui émotionnel
- Égalité
- Indépendance
- Moments intimes et plaisants
- Moments de joie
- Bonne santé mentale
- Respect
- Confiance

VERBAL

- Mots d'affection
- Compliments
- Humour
- Communication ouverte et positive

RELATIONS MALSAINES

PHYSIQUE

- Appui émotionnel
- Égalité
- Indépendance
- Moments intimes et plaisants
- Moments de joie
- Bonne santé mentale
- Respect
- Confiance

(SANS CONSENTEMENT)

ÉMOTIONNEL

- Jalousie
- Manipulation
- Intimidation
- Dépendance
- Colère
- Manque de communication
- Méfiance
- Abus de pouvoir

VERBAL

- Blâmer
- Rabaisser en privé ou en public
- Insulter
- Crier
- Menacer

SOLIDARITÉ

À l'école, nous développons d'importantes relations d'amitié entre pairs qui contribuent à notre épanouissement personnel et scolaire. Nous pouvons être des allié.e.s dans la lutte contre l'agression sexuelle en assumant un rôle de soutien émotionnel. Nous pouvons faciliter l'autonomisation de nos pairs en les aidant à exprimer leurs sentiments et à prendre leurs propres décisions. Si un.e pair dévoile une expérience difficile, nous pouvons l'écouter et lui apporter un soutien en la ou le dirigeant vers un.e adulte de confiance. **Suivez ces conseils si un.e camarade dévoile qu'elle ou il a subi une agression :**



ÉCOUTEZ : Croyez la personne qui vous dévoile une expérience difficile et respectez sa façon de s'exprimer. Dites-lui qu'il est normal de réagir ainsi et qu'elle n'est pas responsable et que vous admirez son courage de parler ouvertement de la situation.



ENCOURAGEZ LA PERSONNE : Laissez-la prendre ses propres décisions. Si elle le désire, aidez-la à explorer ses options et accompagnez-la dans ses démarches (du mieux que vous pouvez et lorsque c'est approprié). Mais, n'oubliez pas que cette démarche peut être différente d'une personne à l'autre. La façon dont la personne veut gérer la situation peut être différente de la façon dont vous la gèriez si les rôles étaient inversés.



FAITES PREUVE D'OUVERTURE : Ne lui dites pas quoi faire (« Si j'étais toi... », « Tu devrais le dire à... », « Si tu ne fais rien, il va le refaire... », etc.). Elle tient à ce que vous l'écoutez et la soutenez dans sa guérison.



IDENTIFIEZ LES PERSONNES QUI PEUVENT L'AIDER : Déterminez avec elle qui sont les personnes ou les proches en qui elle peut avoir confiance. N'oubliez pas que ce n'est pas à vous de dévoiler ce qui lui est arrivé.

ALLIÉE OU ALLIÉ

Une alliée ou un allié est un témoin qui agit – une personne qui observe un comportement inacceptable et qui intervient. On a démontré que l'intimidation cesse dans les dix secondes suivant une intervention par un.e pair⁴. Nous pouvons faire preuve de solidarité avec la personne qui a subi une agression et cultiver les cinq valeurs suivantes⁵.

1 COMPASSION: Faire preuve d'empathie envers les autres.

2 COURAGE: Encourager les gens à tirer parti de leurs forces.

3 PRESENCE: Écouter avec attention.

4 RESPECT: Apprécier les qualités des autres personnes.

5 POWER: Partager son pouvoir avec les autres.

Ces valeurs peuvent vous permettre de neutraliser les paroles et les actions qui banalisent et normalisent l'agression sexuelle. **Les quatre R offrent des pistes additionnelles pour assurer un soutien émotionnel positif⁶.**

R

- Reconnaître l'agression
- Résister aux formes d'agression.
- Rapporter l'agression.
- Rassurer la personne qui a subi l'agression.

Ce n'est pas toujours facile d'intervenir. Dénoncer l'agression et attirer l'attention sur nous peut être inquiétant et troublant. Nous pouvons demander l'aide d'une personne adulte en qui nous avons confiance si nous voulons dévoiler une situation dont nous avons été témoin, mais dans laquelle nous n'avons pas pu intervenir directement.

DÉVELOPPER SA RÉSILIENCE

La résilience, c'est la capacité de surmonter les défis de la vie et de trouver le moyen de rebondir et de s'épanouir⁷. Ce n'est pas toujours facile à faire, car la vie peut être très stressante pour nous toutes et nous tous. En trouvant des moyens de surmonter les obstacles et de ne pas se laisser dépassés par les événements, nous favorisons notre santé et notre bonheur, tout en restant assez forts pour aider les autres. Il existe plusieurs façons de renforcer la résilience de nos pairs⁸. **Voici quelques pistes :**

Regarder l'aspect positif des choses.

Prendre du temps pour soi-même.

Apprendre à gérer les situations stressantes.

Nourrir son estime de soi et sa confiance en soi.

Développer sa capacité à résoudre les problèmes.

Demander de l'aide et du soutien, au besoin.

S'affirmer et communiquer ses limites personnelles.

Nous sommes toutes et tous différents et nous gérons les situations complexes différemment. En sachant comment contrôler ces situations, nous pouvons surmonter les défis que la vie met sur notre chemin.

RESSOURCES ET SOUTIEN

Il peut être extrêmement utile de demander l'aide d'adultes ou d'autres soutiens communautaires. **Lorsqu'on se trouve dans une situation d'agression sexuelle, il est très important de trouver une personne adulte en qui on a confiance et qui veut nous aider.** Qu'il s'agisse d'un.e membre de la famille, d'un.e ami.e de la famille, d'un.e enseignant.e, d'un.e membre du personnel scolaire ou de tout autre dirigeant communautaire, les adultes sont en position de pouvoir en raison de leur âge et de leur expérience, et peuvent écouter, échanger et offrir du soutien.

En outre, il y a de nombreuses ressources dans notre communauté qui peuvent nous aider ainsi que nos pairs à apprendre différentes façons d'aborder la prévention de l'agression sexuelle. **En voici quelques-unes :**

TRAÇONS LES LIMITES : Une campagne interactive qui vise à engager la population ontarienne dans un dialogue sur l'agression sexuelle. La campagne remet en question certains mythes sur l'agression sexuelle et offre des outils aux témoins pour qu'elles et ils puissent intervenir de façon sécuritaire et efficace.

tracons-les-limites.ca

JEUNESSE, J'ÉCOUTE : La seule ligne téléphonique au Canada qui offre des services de soutien à l'échelle nationale 24 heures sur 24, sept jours par semaine. Les bénévoles offrent aux jeunes des services-conseils professionnels, des services d'aiguillage et de l'information en français et en anglais.

jeunessejecoute.ca

COPA : L'organisme offre aux élèves, au personnel enseignant et à l'ensemble de la communauté scolaire une panoplie de programmes interactifs, de formations et d'outils sur la prévention des agressions favorisant l'établissement de milieux scolaires et communautaires où règnent *la sécurité, la force et la liberté.*

infocopa.com

APPROCHE COMMUNAUTAIRE

La prévention de l'agression sexuelle est une responsabilité partagée. Nous avons toutes et tous un rôle à jouer dans l'établissement de milieux scolaires et communautaires où règnent *la sécurité, la force et la liberté*, peu importe notre âge ou notre position de pouvoir. Que nous soyons la personne agressée, la personne qui a été témoin d'une agression ou la personne qui en a agressé une autre, nous pouvons nous rétablir, réparer les torts causés et guérir. Nous pouvons aussi aider les autres à en faire autant.

Il peut être difficile ou inquiétant d'être un.e allié.e, mais parfois il suffit d'un sourire amical lorsque nous nous apercevons qu'un.e camarade semble malheureuse ou malheureux. Parfois aussi, seule notre présence suffit.

Comme nous l'avons déjà dit, la culture du viol normalise et minimise l'agression sexuelle et est enracinée dans notre société. **Il est donc nécessaire que nous nous tenions toutes et tous debout ensemble – pour connaître nos droits, créer des réseaux de soutien et nous défendre les uns les autres – en vue de créer un monde où le cycle de la violence n'aura plus sa place⁹.**

JE PEUX
DEVENIR
UN.E ALLIÉ.E

JE PEUX
ÉCOUTER

JE PEUX EN
APPRENDRE
PLUS SUR LE
CONSENTEMENT

JE PEUX
FAIRE VALOIR
MES DROITS

JE PEUX BRISER
LE SILENCE

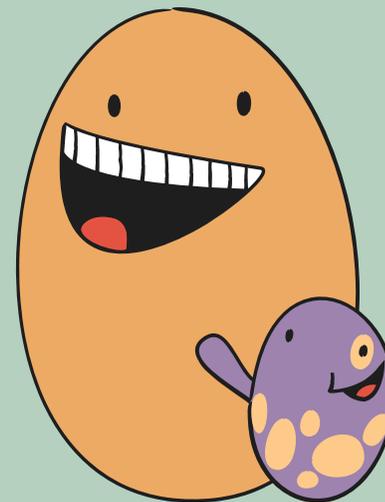
JE PEUX OBTENIR
DE L'AIDE

JE PEUX NOMMER
LE PROBLÈME

JE PEUX
RECONNAÎTRE
L'AGRESSION
SEXUELLE

JE PEUX
CHANGER
LES CHOSES

Le présent guide n'est qu'un début. Nous pouvons nous inspirer de ce que nous venons de lire, continuer à apprendre et mettre ces connaissances en pratique dans notre vie de tous les jours. Nous pouvons faire valoir nos droits et ceux des autres. Nous pouvons faire en sorte que toutes les personnes se sentent incluses et en sécurité.



Nous favorisons l'établissement de milieux familiaux, scolaires et communautaires où règnent *la sécurité, la force et la liberté*, lorsque nous adoptons une approche qui reconnaît le traumatisme et encourage l'autonomisation individuelle et collective des personnes marginalisées.

RÉFÉRENCES

1. Ministère de l'Éducation de l'Ontario. (2015). *FICHE-INFO pour les parents - Relations saines et consentement*.
2. Aunola, K., et Nurmi, J. (2005). The Role of Parenting Styles in Children's Problem Behavior. *Child Development*, 76(6).
3. La Roue de l'égalité. (2015). *Affirmation, 1*. Ottawa : Fédération de la jeunesse franco-ontarienne. fesfo.ca/wp-content/uploads/2015/02/OTLL_Affirmation2015_3.pdf
4. Pepler D. J. (2006). Bullying Interventions: A Binocular Perspective. *Journal of the Canadian Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 15(1), 16-20.
5. Tétreault, C. (2019). *En tant que... victime, auteur ou témoin. Guide d'accompagnement pour le personnel scolaire qui œuvre auprès des victimes, auteurs ou témoins de sextos, de sextorsion et de cyberagression sexuelle*. Québec : La Collection de la Chaire. centrecyber-aide.com/pdf/en-tant-que-victime-auteur-ou-temoin.pdf
6. Wurtele, S.K. (1998). School-Based Child Sexual Abuse Prevention Programs, Questions, Answers and More Questions. *Handbook of Child Abuse Research and Treatment*. Éd. Lutzker, Plenum Press, New York.
7. *Bâtir la résilience chez les jeunes enfants*. (2020). Toronto : Meilleur départ meilleurdepart.org/resources/develop_enfants/pdf/BSRC_Resilience_French_fnl.pdf
8. Bagwell, C., et Schmidt, M. (2007). The Protective Role of Friendships in Overtly and Relationally Victimized Boys and Girls. *Merrill-Palmer Quarterly*, 53(3), 439-460.
9. Duquette, R., Soubeyrand-Faghel, G., et Paume, J. (2019). *Cultivons la culture du consentement : Vers un changement systémique en matière de harcèlement sexuel dans les écoles (Synthèse)*. Montréal: Prévention CDN-NDG.

Le présent guide à l'intention des élèves fait partie du projet **Le respect, c'est pour toi et moi**, une initiative provinciale élaborée par le COPA. Le projet est financé par le ministère de l'Éducation de l'Ontario.

Pour en savoir plus sur la vaste gamme de ressources et de programmes éducatifs du COPA sur la prévention de des agressions, rendez-vous à son site Web à l'adresse infocopa.com.



Ontario

