



tigre de papier

centre de consultation pour le bien-être au travail

Conseils en cas de harcèlement sexuel

Combattre¹ le harcèlement sexuel n'est pas chose aisée, les victimes peuvent entreprendre plusieurs actions visant à les protéger et à mettre un terme aux malversations.

Les règles d'or en cas de harcèlement sexuel

Faire confiance à son ressenti, son éventuel malaise et ne pas chercher d'excuses à la personne ayant outrepassé les limites d'un comportement convenable.

Manifester fermement son désaccord auprès de l'intéressé.

Tenir un **journal de bord** des faits et le garder en lieu sûr.

Privilégier une **communication écrite** afin de laisser des traces des démarches effectuées.

Sortir de l'isolement en s'adressant à des personnes de confiance.

Laisser un maximum de **traces** des événements survenus : lettre au harceleur ou à la harceuse, lettre à la direction de la structure dans laquelle le harcèlement sexuel est perpétré, consultation de la personne de confiance désignée, communication des faits à son médecin généraliste, etc. Ces traces pourront être utilisées lors de démarches officielles.

Faites-en part à votre **médecin** généraliste² et demandez-lui de consigner dans votre dossier médical les conséquences du harcèlement sexuel sur votre état de santé.

¹ DUCRET, V. Pp. 180-188. Vous trouverez aussi des informations sur le site Internet de la confédération :

<https://www.ebg.admin.ch/ebg/fr/home/themes/travail/le-harcèlement-sexuel-sur-le-lieu-de-travail.html> , consulté le 20.08.20.

² Comme pour les autres formes de souffrance professionnelle, nous vous conseillons de consulter un-e médecin généraliste et un-e psychiatre entre autres pour une raison administrative. Des expertises seront nécessaires en cas d'arrêt-maladie longue durée ou en cas de procédure au tribunal.



tigre de papier

centre de consultation pour le bien-être au travail

Repérer les signes précurseurs et en tenir compte

Le harcèlement sexuel est rarement constitué d'un seul acte offensant. Le-la harceleur-euse opère progressivement par une succession d'actes inappropriés qui, pris isolément, semblent relativement insignifiants. Dès lors, il convient de se méfier face aux comportements et événements suivants. Votre ressenti est votre meilleur allié : si vous ressentez un malaise ou de la gêne c'est que le comportement est inadéquat et il devient alors nécessaire de demander poliment à son auteur-trice de ne plus le reproduire.

Les cadeaux

Si ceux-ci sont démesurés ou adressés uniquement à vous, il est préférable de les refuser immédiatement, poliment et fermement. Il est indispensable d'être limpide dans vos propos : votre interlocuteur-trice doit comprendre immédiatement que vous refusez son cadeau et que ce geste vous met mal à l'aise et qu'il est inapproprié dans ce contexte.

Les confidences

Peu importe le lien hiérarchique, dans un contexte professionnel, il est préférable d'éviter toutes confidences en particulier celles relatives à l'intimité. Si un-e collègue vous fait des confidences dont le contenu vous semble inapproprié ou vous heurte, il convient de lui demander immédiatement de ne plus recommencer et de lui indiquer aussi directement et poliment que possible que ce comportement vous gêne. Si malgré tout cela recommence, manifestez à nouveau votre désaccord et demandez à la personne d'arrêter, mais par écrit cette fois. Gardez des copies des courriers ou courriels.

Les privilèges

Comme pour les cadeaux, il est conseillé de vous méfier des privilèges. Un-e responsable hiérarchique compétent-e traite l'ensemble de ses collaborateur-trice-s avec équité afin de rester professionnel-le, juste et d'éviter tout conflit au sein de son équipe. L'octroi de privilèges à une personne en particulier est une stratégie souvent utilisée par les harceleur-euse-s dans le but d'isoler les victimes et de les rendre vulnérables. Les privilèges représentent une arme redoutablement efficace pour piéger les victimes. Ainsi,

Adresse:
Espace des Remparts 15
1950 Sion - Suisse

Web:
www.tigredepapier.ch
florence@tigredepapier.ch

Téléphone:
079/712.50.59



tigre de papier

centre de consultation pour le bien-être au travail

il est préférable de refuser tout privilège et d'en tenir compte comme un signal d'alarme. Aussi, il est conseillé de confirmer son refus par écrit et de garder une copie des échanges.

L'isolement

Si la victime a accepté les divers cadeaux et privilèges, elle se retrouve bien souvent isolée de ses collègues qui eux n'ont pas bénéficié de ces avantages. De fait, la victime se trouve privée de leur soutien et sans défense. Tous les moyens seront bons pour que la victime soit écartée de ses collègues : cadeaux, privilèges, missions particulières, aménagement particulier du bureau, etc.

Les compliments

Le conseil n'est pas de vous méfier de tous les compliments. Cependant à partir du moment où le compliment vous paraît exagéré, hors de propos, inutile ou vous met mal à l'aise, il faut vous méfier et réagir. La gêne et le malaise sont de précieux indicateurs dont il faut tenir compte. Comme pour les cadeaux et les privilèges, lorsque votre interlocuteur-trice tient des propos inopportuns, blessants ou à caractère sexuel, manifestez immédiatement, fermement et poliment votre désaccord. Il est conseillé de procéder par écrit afin de garder des traces de ces événements.

La confiance particulière

Les cadeaux, les privilèges, les confidences ou une confiance particulière sont autant de gestes apparemment anodins qui se transforment en **dette symbolique** pour la victime. Mieux vaut donc y renoncer afin d'éviter d'avoir ensuite à le payer en devant être « gentil-le ». Ceci doit être d'autant plus alarmant si vous constatez qu'aucun-e autre collègue ne bénéficie de cette confiance particulière.

S'exprimer : montrer fermement et poliment son désaccord

Immédiatement, fermement et poliment.

Gardez ces trois adverbes en mémoire et appliquez ce qui suit dès le premier acte ou premier propos inopportun.



Immédiatement

Il est préférable de réagir immédiatement afin que ce type de comportement ne devienne pas une habitude. Si vous l'acceptez une ou deux fois, il sera nettement plus compliqué par la suite de manifester votre gêne et votre désaccord bien que cela ne remette absolument pas en question le fait qu'aucun comportement harcelant n'est acceptable. C'est pour cette raison qu'il est conseillé d'agir rapidement.

Fermement

Inutile de vouloir être très subtil-e, il faut que votre interlocuteur-trice comprenne immédiatement qu'il-elle doit cesser son comportement. C'est pourquoi il est préférable de vous exprimer fermement, de manière directe et tout à fait limpide. Nommez précisément les actes ou propos qui vous ont dérangés et demandez à ce que cela ne se reproduise plus. Il est essentiel que votre interlocuteur-trice perçoive immédiatement votre **détermination** et votre **conviction**. Il est essentiel de ne laisser aucune place à l'ambiguïté. Vous pouvez utiliser des tournures telles que :

- « *Je ne trouve pas ce type de compliments appropriés dans le contexte relationnel qui est le nôtre.* »
- « *J'estime que l'on n'a pas à se faire de cadeaux dans un cadre professionnel.* »
- « *Je pense que l'équité est une valeur importante, je préfère refuser les privilèges que je trouve injustes vis-à-vis de mes collègues.* »
- « *Je souhaite bénéficier d'un cahier des charges précis.* »

Surtout, ne remettez pas en doute ce que vous ressentez. Le doute est une arme pour le-la harceleur-euse. Ayez confiance en votre ressenti et manifestez votre malaise. Il est très fréquent que les harceleur-euse-s prétextent une incompréhension ou une blague pour amoindrir la gravité de leurs actes. Si c'est le cas, maintenez votre cap en confirmant votre demande à savoir que ce comportement inadéquat cesse. Si les agissements se poursuivent en dépit de votre demande, envoyez un courrier recommandé ou un courriel à la personne concernée en y décrivant précisément et factuellement les actes inopportuns ainsi qu'une nouvelle demande de les cesser immédiatement. Mentionnez également que cette demande a déjà été formulée de vive voix. Selon la teneur et la gravité des agissements, il convient de choisir plutôt le courrier recommandé pour sa forme plus formelle. L'essentiel est de laisser des traces.



tigre de papier

centre de consultation pour le bien-être au travail

Tenir un journal de bord

Le journal de bord doit idéalement contenir les informations suivantes :

- Date et heures précises des événements
- Le lieu
- Description détaillée des faits : actes, propos, sous-entendus, correspondances, images
- Le nom des éventuels témoins
- Votre réaction et celles des témoins s'il y en a
- Les conséquences psychique et physique des faits consignés ainsi que leurs effets sur l'exercice de votre activité professionnelle

Le stress et le traumatisme provoqués par le harcèlement sexuel engendrent très fréquemment des pertes de mémoire et de la confusion chez les victimes. C'est pourquoi il est important de consigner tous les événements, y compris les plus anodins. Au-delà d'un soutien à la mémoire, la tenue d'un journal de bord constitue un « exutoire » et permet à la victime d'extérioriser son ressenti et de prendre du recul ce qui est très aidant pour analyser la situation et mettre en place les actions qui mettront un terme au harcèlement sexuel.

S'informer sur la politique de l'entreprise en matière de harcèlement sexuel

Informez-vous aussi rapidement que possible concernant la procédure adoptée par l'entreprise concernant la question du harcèlement sexuel. Adressez-vous à la personne de confiance interne ou externe responsable du traitement de ce type de problématique. Si l'information n'est pas accessible, demandez aux ressources humaines. Ce type de procédure est confidentielle et la personne de confiance ne peut intervenir auprès de la hiérarchie ou des ressources humaines uniquement sur la base de votre accord formel qui doit être par écrit.

Il est vivement recommandé de ne pas se contenter d'une démarche à l'interne de l'entreprise. Il est donc conseillé de faire également appel à des professionnel-le-s externes : syndicat, avocat-e, médecin, psychiatre, etc. Toutes ces personnes seront des ressources très utiles en cas de procédure officielle.

Adresse:
Espace des Remparts 15
1950 Sion - Suisse

Web:
www.tigredepapier.ch
florence@tigredepapier.ch

Téléphone:
079/712.50.59



tigre de papier

centre de consultation pour le bien-être au travail

Prenez d'abord contact avec la personne désignée par l'entreprise cela vous permettra d'éviter être accusé-e de ne pas avoir suivi la procédure interne. Dans un deuxième temps, faites appel à des personnes externes.

Sortir de l'isolement & s'exprimer

Que vous choisissiez une personne interne ou externe à l'entreprise, lorsque vous communiquez sur le harcèlement sexuel que vous subissez, il convient de :

Demander un entretien

En mentionnant précisément le caractère urgent et grave de la demande. Vous l'aurez compris : cette demande doit être formulée par écrit au choix par courriel ou courrier recommandé. Peu importe que vous vous soyez adressé-e à une personne interne ou externe de l'entreprise, à la fin de l'entretien il est utile de faire **un résumé écrit** de l'échange (contenu, informations reçues et données, décisions prises, délai, etc.). C'est par ailleurs ce qu'est censée faire la personne de l'entreprise qui vous aura reçu en entretien. Si elle le fait, inutile de le faire de votre côté. En revanche, il faudra lire attentivement le résumé écrit qui vous sera remis et ne pas hésiter à demander des modifications si vous trouvez qu'il ne reflète pas la réalité votre échange.

Exposer des faits détaillés

Grâce au journal de bord, il sera possible d'établir une **chronologie** des faits détaillés comprenant :

- date et heure, lieu
- description détaillée des gestes ou propos tenus
- indication de l'existence ou non de témoin
- les conséquences de ces agissements sur les conditions de travail et la santé physique et mentale

Il convient de faire cet exposé des faits par écrit et de le communiquer à qui de droit également par écrit toujours dans l'idée de garder des traces des démarches que vous entreprenez.

Adresse:
Espace des Remparts 15
1950 Sion - Suisse

Web:
www.tigredepapier.ch
florence@tigredepapier.ch

Téléphone:
079/712.50.59



tigre de papier

centre de consultation pour le bien-être au travail

Mise en demeure

Exprimez clairement et explicitement la **demande d'intervention** afin de faire cesser immédiatement ces agissements. Il convient de confirmer la demande d'intervention par écrit. La direction de l'entreprise est tenue de protéger l'intégrité physique et psychique de ses employé-e-s et doit donc prendre les mesures nécessaires pour que les agissements et propos décrits cessent immédiatement.

Délai

Il est fortement recommandé de quitter l'entretien avec la direction, les ressources humaines ou la personne de confiance de l'entreprise avec **une proposition concrète de solution** et un **délai de réponse** qui ne devrait pas dépasser dix jours. D'ici là, des solutions provisoires doivent être mises en place afin de ne plus être exposé-e au harceleur ou la harceleuse.

Pour rester informé-e, suivez-nous sur les réseaux sociaux en cliquant sur les icônes ci-dessous.



Adresse:
Espace des Remparts 15
1950 Sion - Suisse

Web:
www.tigredepapier.ch
florence@tigredepapier.ch

Téléphone:
079/712.50.59