

C'était mon professeur préféré...#OnVousCroit
 Je n'ai jamais voulu ça...
 i tut ui tutuk tshetshi mitshi tshitapamet...
 No conocia a nadia aca...#OnVousCroit
 C'est ce qu'une lesbienne méritait y disait...
 #OnVousCroit قط هذا زدت ما
 He said I would loose my job...#C
 Il a menacé de faire déporter mes enfants...
 Je n'ai pas dit non, j'ai pleuré...#OnVousCroit
 #OnVousCroit بكيت لا. أقل
 No tenia con quien hablarlo...
 Je ne voulais pas lui déplaire...#OnVousCroit
 Nukamesh an...#OnVousCroit
 J'avais peur qu'on me traite de menteuse...#OnVousCro
 Je lui faisais confiance#OnVousCroit
 It was suppose to be just a date

#OnVousCroit
www.rqcalacs.qc.ca

11. L'aider à cerner ses besoins, favoriser son autonomie

12 attitudes aidantes : votre réaction peut faire la différence
 12 jours d'action pour l'élimination des violences envers les femmes

f On Vous Croit #12jours #OnVousCroit

Je n'ai pas dit non, j'ai pleuré...#OnVousCro
 He said I would loose my job...#OnVousCroit
 Je n'ai jamais voulu ça...#OnVousCro
 #OnVousCroit Je lui faisais confiance
 Je ne voulais pas lui déplaire...#OnVousCroit
 #OnVousCroit قط هذا زدت ما
 C'était mon professeur préféré...#OnVousCro
 Apu tut ui tutuk tshetshi mitshi tshitapam
 #OnVousCroit بكيت لا. أقل
 J'avais peur qu'on me traite de menteuse...#OnVousCroit
 Eukuan ishinakunikapan...
 It was suppose to be just a date
 No conocia a nadia aca...#OnVous
 #OnVousCroit Je n'ai jamais voulu c
 No tenia con quien hablarlo...#OnVousCro

Il est normal de vouloir trouver des solutions ou d'offrir ses conseils à une personne dans le besoin. Si vous êtes tentée par une telle attitude, rappelez-vous que l'agression sexuelle se caractérise par la prise de pouvoir sur une personne qui s'est vue imposer quelque chose contre sa volonté. Se reconstruire suite à une agression, c'est récupérer sa volonté propre, son pouvoir d'agir, de vouloir ou de refuser. En gardant cela en tête, il vous sera plus facile d'accompagner la personne vers la reprise de son autonomie en l'invitant à identifier elle-même ses besoins et à trouver les moyens d'y répondre. Encouragez-la à prendre ses propres décisions. Valorisez les bons coups, misez sur ses forces, soulignez ses bonnes idées. Aidez-la à reprendre confiance en elle. Accompagnez-la dans son cheminement, en suivant son rythme, afin qu'elle reprenne du pouvoir sur sa vie.

Bien que cela soit tentant, évitez la prise en charge de l'autre. La prise en charge peut être néfaste. Elle peut amener une forme de revictimisation ou encore décourager l'autonomie de la personne, ce qui n'est pas souhaitable.

**Cette mise en situation est fictive, elle est uniquement présentée à titre d'exemple :*

Parce que Liliana est née avec une déficience intellectuelle, elle vit toujours chez son père à l'âge de 40 ans. Lorsque Liliana lui a parlé du harcèlement sexuel que lui imposait son nouveau supérieur au travail, son père a immédiatement appelé l'employeur pour lui dire que sa fille ne remettrait plus les pieds dans son entreprise. Privée de son emploi, Liliana est restée à la maison et s'est refermée sur elle-même jusqu'au jour où elle a décidé d'en parler avec sa voisine. Elle lui a dit ce qu'elle n'avait pas pu dire à son père : Liliana préférerait retourner au travail que de rester toute la journée à la maison. Quand sa voisine lui a demandé ce qu'elle voulait faire, Liliana a pris plusieurs jours pour y penser. Puis, elle est retournée la voir et lui a dit qu'elle voulait porter plainte contre son supérieur et récupérer son poste à l'usine. Sa voisine lui a dit qu'elle était fière de sa décision et lui a offert son aide pour l'accompagner dans ses démarches.

Regroupement
québécois des



CALACS
centres d'aide et de lutte
contre les agressions
à caractère sexuel