

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 أردت 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 *بكييت لا، أفل لم*
 No tenia con quien hablarlo...
Je ne voulais pas lui déplaire...
 Nukamesh an...#OnVousCroit
J'avais peur qu'on me traite de menteuse...
 Je lui faisais confiance#OnVousCroit
 It was suppose to be just a date

#OnVousCroit

www.rqcalacs.qc.ca

2. Écouter sans juger

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

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...
 #OnVousCroit *je lui faisais confiance*
Je ne voulais pas lui déplaire...
 #OnVousCroit *قط هذا أردت ما*
 C'était mon professeur préféré...#OnVousCroit
 Apu tut ui tutuk tshetshi mitshi tshitapam
 #OnVousCroit *بكييت لا، أفل لم*
J'avais peur qu'on me traite de menteuse...
 Eukuan ishinakunikapan...
 It was suppose to be just a date
 No conocia a nadia aca...#OnVou
 #OnVousCroit *Je n'ai jamais voulu c*
 No tenia con quien hablarlo...#OnVousCro

Écoutez ce que la victime a à dire sans porter de jugement. Ayez une attitude non verbale d'ouverture : bon contact des yeux, posture ouverte, etc.

Il n'est pas toujours facile de ne pas juger l'autre. En réalité, nous passons beaucoup de notre temps à juger les autres, les situations, à critiquer, à comparer... en fonction de nos valeurs, nos priorités, nos choix, etc. Dans ce cas-ci, il est important de se concentrer sur l'autre, d'écouter en tentant d'accueillir ses réactions, ses émotions même si cela n'est pas évident. Vous n'étiez pas dans ses souliers. Rappelez-vous qu'il est facile de juger autrui. En toutes circonstances, faites preuve de patience et d'ouverture.

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

Depuis sa séparation, Rachel se sent seule. Elle s'est récemment inscrite sur un site de rencontre. Et c'est là qu'elle a rencontré Claude. Il était drôle, charmant et galant. Elle était sous le charme. Après quelques rencontres en « terrain neutre », Rachel a invité Claude à la maison pour un souper. Après le repas, Claude est devenu rapidement entreprenant, voulant « passer aux choses sérieuses » disait-il, mais Rachel ne se sentait pas prête à faire le saut. Et c'est sans son consentement qu'il l'agressa dans le salon. Rachel était dévastée et elle se confia le lendemain matin à sa meilleure amie Mélanie. « J'en reviens pas qu'il m'ait fait ça. J'ai pas été capable de l'arrêter. » « Tu parles d'une idée d'inviter un étranger chez-nous. J'aurais m'en douter, c'était trop beau pour être vrai. » Mélanie l'écouta, la réconforta en se gardant bien de juger la situation ou d'essayer de se mettre à sa place. « Il faut le vivre pour savoir comment on réagirait » se disait-elle dans sa tête. L'important c'était que son amie sache qu'elle était là pour elle. Clairement, aucune femme ne veut se faire agresser, être violentée.

Regroupement
québécois des



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