

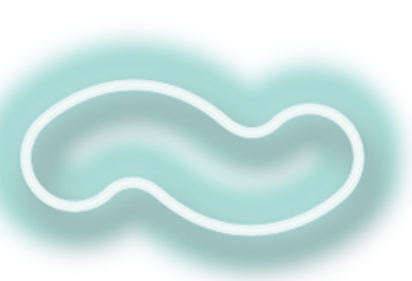
Cadre de pratique



Femmes et Égalité
des genres Canada

Women and Gender
Equality Canada

YWCA
QUÉBEC



Cadre de pratique

Pour le projet Sois une légende.

L'équipe des Services jeunesse de la YWCA Québec souhaite remercier tous les partenaires qui ont contribué au projet. Ce projet a demandé une intense période de recherche, de questionnement, de discussions et d'introspection, dans le but de vous offrir des outils inclusifs. Merci à Femme et égalité des genres Canada qui a permis de réaliser ce projet.

Merci à Michel Dorais, un consultant essentiel au projet, dont l'expertise sur la masculinité antitoxique a permis de trouver les mots justes pour aborder ce sujet complexe. Merci à Michel Thibeault de l'organisme les CHUMS pour les échanges et la collaboration à la création des ateliers. Merci aux différents organismes qui nous ont reçues pour animer des ateliers et un projet podcast. Ceci nous a permis de récolter des informations et de mettre nos ateliers à l'épreuve. Merci à CAPMO et CJC qui ont contribué à l'élaboration des sous-ateliers. Merci à tous les organismes qui ont participé aux tables de concertation. Leurs commentaires et leurs pistes de réflexions ont été inestimables dans le processus.

Enfin, un immense merci à toutes les personnes qui ont apporté leur contribution à ce projet. Grâce à vous, nous avons créé une plateforme et un jeu favorisant le développement de relations saines et la diminution de la violence. Le projet SUL - Sois une légende continuera d'évoluer au rythme des changements dans la société. Le thème central du projet nécessite une mise à jour constante des informations afin de vous offrir des outils adaptés à la réalité en perpétuelle évolution.



Le projet SUL - Sois une légende

Les ateliers proposés dans le cadre du projet Sois une légende abordent le sujet des comportements toxiques sous divers thèmes et activités. Le jeu éponyme du projet amène une réflexion sur les comportements des jeunes dans leur relation. Les ateliers explorent des thèmes importants pour contrer la violence fondée sur le sexe tels que l'équité, l'inclusion, la bienveillance et l'empathie.

L'objectif principal est d'encourager les jeunes à réfléchir sur les comportements inadéquats qui les entourent, ainsi que sur ceux qu'ils pourraient commettre. Dans une approche positive et bienveillante, nous souhaitons offrir aux jeunes une vision positive sur la masculinité et les relations.

Ces ateliers invitent les jeunes, ainsi que toute personne en contact avec eux, à se questionner sur leurs biais, leurs jugements, et leurs angles morts.

L'intersectionnalité est au cœur de la réflexion et de la recherche de ce projet, car cela permet de mettre en lumière les différentes réalités de chaque individu, favorisant ainsi une compréhension plus profonde et inclusive.

Mission

Favoriser le développement d'environnement sécuritaire pour les jeunes filles et jeunes personnes trans.

Ce projet a pour mission de contribuer à la diminution de la violence fondée sur le sexe pour offrir un environnement plus sécuritaire aux jeunes filles et jeunes personnes trans binaire et non-binaire.

Vision

Contribuer à une société diversifiée, inclusive, égalitaire.

Amener une prise de conscience sur soi et par rapport à ses comportements pour contribuer à une société diversifiée, inclusive, égalitaire et sécuritaire, sans violence.

Valeurs

Empathie
Intégrité
Bienveillance
Respect
Ouverture

Les valeurs présentées et explorées au cours des ateliers ont été soigneusement choisies, car elles constituent le cœur même des relations saines, contribuant ainsi à la diminution de la violence au sein des relations.

Les valeurs

Les valeurs sélectionnées ont été choisies, car elles constituent les fondements pour le développement des relations saines. Ce sont les valeurs de bases qui permettent de réduire ou de prévenir les comportements toxiques et violents.



L'empathie est au cœur d'une relation saine. Selon la définition des Nations Unies, l'empathie "contribue à la conscience sociale et fait obstacle au harcèlement, aux préjugés et au racisme. Elle jette les bases d'une société juste, bienveillante et en paix."

L'ouverture à l'autre permet de meilleures discussions tout en favorisant l'honnêteté et l'écoute. L'ouverture permet d'accepter les différences entre deux personnes.



L'intégrité évite la violence dans les relations et permet de mieux vivre avec soi. « C'est agir avec honnêteté et respect, être fidèle à nos valeurs et prendre des décisions justes, même lorsque personne ne regarde. »

Le respect, de soi et d'autrui, est essentiel pour bien vivre avec soi et les autres. Les Nations Unies mentionnent que le respect « implique de se soucier de l'impact de nos actes sur autrui, d'être inclusif et d'accepter les autres pour ce qu'ils sont, même lorsqu'ils sont différents. »



La bienveillance permet de mieux comprendre l'autre et évite toute forme de violence. Développer la bienveillance permet de se «montrer indulgent, gentil et attentionné envers autrui d'une manière désintéressée et compréhensive. »

Intersectionnalité

L'intersectionnalité se devait d'être au coeur de ce projet afin d'éviter de reproduire les systèmes d'oppression perpétrés par le colonialisme, le capitalisme et le patriarcat. Prendre conscience des différentes réalités de chaque individu et comment cela peut influencer son rapport à la violence est essentiel pour la compréhension des complexités de chaque situation. L'intersectionnalité permet de mieux comprendre comment l'accumulation de systèmes d'oppression a un impact sur le quotidien des individus.

Qu'est-ce que l'intersectionnalité ?

« L'intersectionnalité est une critique de l'homogénéisation de certaines catégories et de la tendance à uniformiser les expériences vécues. » Cette approche permet de considérer les différents obstacles que peuvent rencontrer des personnes à la croisée des systèmes d'oppression.

Par exemple, la réalité des discriminations vécues d'une femme blanche est différente de celles d'une femme noire. Les discriminations vécues par une femme noire comportent celles d'être une femme et celle d'être une personne noire. Une réalité propre aux femmes noires.

Ne pas considérer l'intersectionnalité lorsque l'on parle de violence fondée sur le sexe laisse dans l'ombre plusieurs victimes. Tel qu'expliqué dans un rapport de l'OATH, les femmes appartenant à des minorités sont moins portées à dénoncer des actes de violence vécues, car elles sont confrontées à des situations complexes. Ces femmes étant victimes de violence sont confrontées aux enjeux des victimes de la violence, en plus, des obstacles sociaux, culturels et systémiques qu'elles rencontrent par leur appartenance à leur statut minoritaire.

Angle mort

Bien que l'intersectionnalité soit au coeur de ce projet. Un angle mort s'est glissé dans notre analyse de la masculinité et des comportements toxiques.

La vision de la masculinité toxique proposée dans le projet est majoritairement basée sur la vision des personnes blanches. Bien que nous avons eu beaucoup de discussions avec les jeunes de la diversité culturelle, leur vision de la masculinité n'a pas été explicitement abordée. Lors des discussions, l'importance de l'image de l'homme fort est ressortie aussi pour ces jeunes. Cette image, susceptible d'amener des comportements toxiques, se retrouve dans une vision commune de la masculinité.

Par contre, certaines différences sont ressorties telles que l'importance pour l'homme de subvenir aux besoins de la famille. Nous aurions dû explorer davantage ces sujets. Ceci est important, car la définition de la masculinité comporte des éléments différents selon la culture et l'ethnie.

En appliquant la définition de la masculinité telle que vue par les personnes blanches, une portion de la réalité des personnes racisées est invisibilisée. Cet exemple témoigne de l'importance de considérer l'intersectionnalité dans la recherche et dans l'animation pour laisser la place aux jeunes marginalisés. À l'avenir, lors de l'animation de nos ateliers, nous porterons une attention particulière à mettre en avant ces diverses perspectives. De plus, une seconde phase du projet serait de mettre de l'avant cette pluralité de la masculinité vécue par la diversité culturelle.

Ce partage des angles morts a pour objectif de démontrer qu'il s'agit d'un processus d'apprentissage et que tout le monde fait des erreurs dans le parcours. Bien que nous fassions de notre mieux, certains angles morts amenés par l'éducation, la culture et la société ont teinté la direction du projet. Une partie importante de l'intersectionnalité est la remise en question, la prise de conscience et les actions entreprises pour entamer le changement. Nous vous invitons à reconnaître vos angles morts et à les nommer, pour inspirer et encourager d'autres personnes à faire de même.

La discrimination et le silence

Trop souvent, les propos discriminatoires sont passés sous silence, car ils n'affectent pas les gens appartenant à des groupes dominants particuliers. Ceci invalide de nombreuses situations où les personnes au croisement des oppressions ne sont pas reconnues comme étant discriminées sur plusieurs fronts. Les gens appartenant à des groupes dominants particuliers ne connaissant pas cette réalité ne considèrent pas qu'elle puisse exister.

Il est important de reconnaître cette croisée des systèmes d'oppression pour assurer une validation des situations que confient les jeunes et davantage les jeunes marginalisés. Il est important de ne pas assumer que le vécu d'une victime est similaire à sa propre histoire pour demeurer ouvert à sa situation et constater les différents systèmes d'oppression auxquels elle peut faire face.

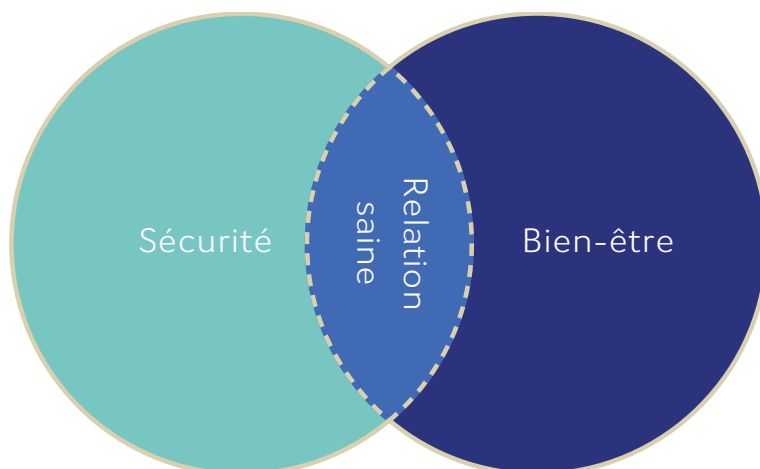
L'écoute, l'empathie et la bienveillance doivent être au cœur de l'approche pour offrir un soutien aux jeunes. Cela peut vous sembler répétitif qu'une jeune personne racisée vienne plus souvent vous voir pour des situations d'intimidation. Bien qu'on aimerait le contraire, elles sont plus à risque d'en vivre davantage.

Lors de ce projet, beaucoup de jeunes nous ont confié ne plus dénoncer les situations de racisme, de sexisme et d'intimidation vécues, car leur situation ne changeait pas. Il est décevant de constater que les jeunes ont perdu confiance en les adultes responsables de leur bien-être. Il est possible de changer cela en créant des espaces où les jeunes marginalisés peuvent s'exprimer et partager leur réalité. Aussi, inclure les différentes réalités de ces jeunes dans les présentations de la matière. Puis, surtout établir des mesures anti-racismes, anti-sexismes et contre l'intimidation pour que les jeunes se sentent supportés et appuyés dans leur dénonciation.

S'ouvrir à l'intersectionnalité amène de grands questionnements sur nos actions, nos pensées et nos jugements. Ceci est bénéfique et essentiel pour entamer un changement. Nous devons remettre en question certains systèmes de la société, certains aspects de la culture, les jugements et les actions qui perpétuent ces inégalités. S'ouvrir à la multitude de réalités et les intégrer dans les décisions collectives, est le début d'un changement vers une société plus équitable où tout le monde ont l'opportunité de s'exprimer et d'être entendus.



Les fondements du projet



La **sécurité** se définit par l'absence de menace et/ou de danger, au niveau physique, psychologique et émotionnel. La sécurité est une notion objective, mais aussi subjective, dans le sens où toute personne perçoit le danger différemment; il est important de considérer ces perceptions uniques ou différentes.

- Définition tirée du cadre de pratique de la YWCA Québec

Le **bien-être** se définit par la possibilité de satisfaire ses besoins socio-affectifs, physiques et psychologiques à sa manière. Ce n'est que lorsqu'on se sent en sécurité immédiate dans un espace que l'on peut améliorer notre sentiment de bien-être.

- Définition tirée du cadre de pratique de la YWCA Québec

Une **relation saine** se définit par un sentiment de sécurité et de bien-être avec l'autre personne. Cela se manifeste à travers des éléments tels que l'écoute active, la bienveillance, l'ouverture, et l'empathie.

La YWCA considère ainsi que tous.les ont droit d'exister dans un bien-être et un épanouissement et ont droit à une vie sans violences. Les personnes qui se retrouvent au croisement de différents systèmes d'oppressions, ou dans différents axes des diversités sont plus sujettes à vivre certaines formes de violences. Avec le projet Sois une légende, la YWCA souhaite permettre à un plus grand nombre de personne de vivre dans un espace sécuritaire où le développement du bien-être est possible. Ceci tient compte de la diversité des situations et des formes de discrimination.



La société n'est pas un lieu sécuritaire pour tous.les. Les fondements hiérarchiques et individualistes de la société actuelle ne permettent pas l'égalité dans l'atteinte des besoins de sécurité et de bien-être. C'est en réponse à cette réalité dominante que la YWCA pose la sécurité et le bien-être comme priorité en ses lieux et ses projets. Ancrée dans sa mission, la YWCA Québec favorise ces fondements à tous les niveaux, tant dans les besoins physiologiques de base que dans les besoins d'appartenance, d'estime et d'accomplissement, pour toutes les personnes qui se retrouvent dans le spectre du genre féminin.

Tiré du cadre de pratique de la YWCA Québec

Les engagements

Cette plateforme offre des outils pour diminuer la violence fondée sur le sexe. Dans une approche positive et bienveillante, notre objectif est de renforcer les compétences nécessaires pour établir des relations saines. Les engagements ci-dessous sont essentiels pour bâtir une société sans violence. Nous invitons tout animateur de Sois une légende à intégrer ces engagements dans leur travail.

- ① **L'authenticité.** Être authentique, c'est honorer ses émotions, c'est reconnaître ses torts et appliquer ses valeurs au quotidien. Être authentique permet de se sentir bien avec soi et d'entretenir de saines relations. L'authenticité favorise des comportements sains et le développement des valeurs proposées par ce projet.
- ① **Demander de l'aide.** S'engager à demander de l'aide est essentiel au développement personnel. Demander de l'aide contribue à développer un sentiment de bien-être et prévient des actes de violences envers soi et les autres.
- ① **Reconnaître et nommer ses émotions.** L'expression des émotions est au cœur des relations saines. « L'expression des sentiments par les mots peut réduire l'intensité des émotions négatives et les rendre plus gérables. »- cmha.ca
- ① **La sécurité.** Développer un environnement sécuritaire et sain pour soi et les autres est essentiel au développement du plein potentiel des personnes.
- ① **Reconnaître ses biais cognitifs.** Prendre conscience de ses biais permet de diminuer les jugements envers les autres et permet de mieux considérer la réalité de chaque individu.
- ① **Se questionner.** Tout le monde a des angles morts qui sont des vestiges d'une éducation, d'une culture, d'un événement, etc. Se questionner permet de mettre en lumière ces angles morts.

Lexique

Tiré du cadre de pratique de la YWCA Québec

Violences

La violence est définie par l'Organisation mondiale de la santé (OMS) comme étant la prise intentionnelle d'un pouvoir, ou l'utilisation de la force ou de menaces à l'encontre d'une autre personne, d'un groupe ou d'une communauté, qui entraînent ou risquent fortement d'entraîner un traumatisme, des dommages physiques ou psychologiques, des problèmes de développement, un décès, etc.. Cette définition englobe plusieurs types de violence, que l'on peut diviser en trois grandes catégories:

- La violence auto-infligée (violence qu'une personne se fait elle-même).
- La violence interpersonnelle (violence observée entre deux individus ou plus, ou entre des groupes)
- La violence collective (elle peut être sociale, politique ou économique). Ce type de violence est aussi parfois nommée violence systémique, puisqu'elle s'inscrit dans un système d'oppression.

La violence peut être présente dans tout type de relation, dans n'importe quel milieu et pour toutes les personnes. Cependant, certains groupes socialement vulnérabilisés sont visés par des violences spécifiques (la violence domestique envers les enfants, les violences sexuelles envers les femmes, les violences sexuelles envers les personnes trans, etc.). Chaque type de violence peut prendre plusieurs formes. Les formes les plus souvent considérées sont la violence physique, la violence sexuelle, la violence psychologique et verbale, la violence économique, la violence spirituelle et la négligence.

(Inspirée de l'institut National de Santé Publique du Québec)

Biais cognitifs

Le biais cognitif est une attitude, un stéréotype ou une hypothèse qui renvoie à des croyances, des jugements ou des perceptions qui viennent fausser notre pensée. Les biais inconscients sont le fruit de l'expérience de vie des individus ; nul n'en est à l'abri, tout le monde en a. Ils agissent comme des automatismes et peuvent être liés à des émotions - peur, colère, anxiété-ou à des habitudes de pensée acquises depuis longtemps. Les biais cognitifs viennent combler les besoins de sécurité, d'estime de soi et d'appartenance sociale des individus. Par exemple, dans un contexte d'embauche, alors que la compétition est forte, un gestionnaire peut avoir tendance à favoriser un candidat appartenant au même groupe social ou ethnique que le sien. Ainsi, il est important de pouvoir identifier ou reconnaître les biais cognitifs, car certains d'entre eux ont des répercussions sociales néfastes.

Diversité

La diversité existe en relation avec la normalité définie par le groupe dominant d'une société donnée. C'est parce qu'il y a des façons d'être que l'on assume comme étant « normales » que l'on peut en définir certaines comme étant de la diversité, et celles-ci varient selon les cultures et les systèmes. Les personnes issues des diversités sont souvent en situation désavantageuse par leurs identités. Par le caractère dominant de la norme, le fait d'être identifié.e comme issu.e d'une ou de plusieurs diversités vient donc influencer les conditions dans lesquelles évoluent certains groupes, la manière dont ils peuvent s'exprimer et aux expériences qu'ils vivent, en lien avec leur âge, leur niveau d'éducation, leur orientation sexuelle, leur identité de genre, leur expression de genre, leur statut d'Autochtone, leur religion, une situation de handicap, leur langue, leur origine ethnique, leur culture, leur situation socioéconomique et tout autres caractéristiques.

(Inspirée de l'institut EDI UQAM)

Équité

L'équité est synonyme de justice, c'est-à-dire que les personnes, quelle que soit leur identité, sont traitées de manière à pouvoir exercer pleinement leurs droits et leur participation sociale. En effet, l'équité s'impose pour parvenir à l'égalité. En d'autres mots, il ne s'agit pas d'offrir exactement le même traitement à chaque individu, mais plutôt d'adapter les stratégies en fonction de besoins spécifiques pour atteindre l'égalité. En effet, lorsqu'on travaille en équité, on s'assure d'offrir les mêmes possibilités de participation à tous tes, en leur donnant les outils et les adaptations nécessaires pour favoriser une égalité des chances. Ce peut être, par exemple, offrir plus de temps à une personne qui est sur le spectre de la neurodiversité plus de temps pour compléter un examen, ou s'assurer d'offrir la traduction en Langue des signes québécoise lors d'un événement. C'est donc prendre en compte que toutes les personnes ne disposent pas des mêmes moyens et opportunités de s'épanouir, mais en possèdent tous.tes la capacité.

(Inspirée de l'institut EDI UQAM)

Inclusion

L'inclusion vise la transformation des milieux d'études, de travail et de vie pour les adapter à la diversité des personnes. L'inclusion se rapporte à la création d'un environnement où toutes les personnes sont respectées de manière équitable et ont accès à aux mêmes possibilités. Au niveau de l'organisation, l'inclusion signifie d'identifier et de supprimer les obstacles (physiques ou procéduraux, visibles ou invisibles, intentionnels ou non intentionnels) qui nuisent à la participation et à la contribution des personnes. L'inclusion nécessite également une affirmation des valeurs et des principes d'équité, de justice et de respect en se montrant ouverts à différentes opinions et perspectives, en acquérant une compréhension des autres cultures, expériences et communautés et en faisant un effort conscient pour être accueillants, serviables et respectueux de tous.tes. Alors que l'intégration se rapporte à être invité.e au party, l'inclusivité signifie être invité.e à danser! (Inspirée de l'institut EDI UQAM)

Oppression

Une oppression renvoie au fait d'être restreint.e, opprimé.e, en opposition au fait d'être libre d'exercer son plein pouvoir. Pour une personne, vivre de l'oppression rend plus difficile l'accès aux différents droits et représente une barrière à l'amélioration de ses conditions de vie. De manière générale, l'oppression est donc définie comme le mauvais traitement ou la discrimination systématique d'un groupe social, avec ou sans le soutien des structures d'une société.

(Inspirée du document Intervention féministe intersectionnelle, de la Fédération des maisons d'hébergement pour femmes et de Wikipédia, « oppression »).

Patriarcat

Le patriarcat se définit comme un mode d'organisation sociale à la racine des inégalités entre les hommes, les femmes et les personnes trans. Il se réfère à un système où le pouvoir décisionnel est détenu par les hommes, tant dans la sphère privée que la sphère sociale. Le patriarcat est un mode de domination au fondement de nos sociétés. Il crée une façon d'être et de performer son genre selon une norme. Par exemple, le patriarcat crée des associations entre certaines émotions et comportements et un genre spécifique, homme ou femme. Celles-ci incitent entre autres les femmes à se comporter en tant que subordonnées et présentent les hommes comme étant forts, dominants et affirmés. Le système patriarcal fait croire que les différences entre les hommes, les femmes et personnes trans, en ce qui concerne les comportements ou les émotions par exemple, prennent racine dans des caractéristiques biologiques et innées, plutôt que d'être considérées comme le produit d'une socialisation inégalitaire de genre. Ainsi, le patriarcat impacte et limite l'épanouissement des femmes et des hommes dans leurs individualités, ainsi que celui de toutes les personnes.

(Définition tirée du document Intervention féministe intersectionnelle, de la Fédération des maisons d'hébergement pour femmes).

Sécurité psychologique

La sécurité psychologique réfère à trouver l'espace pour exprimer ses émotions, agréables ou désagréables. Nommer nos désaccords et différends, en étant accueilli.es avec ouverture et compréhension, favorise l'expression saine des émotions et contribue à la sécurité et au bien-être de tous.tes.

(Inspirée des travaux d'Amy Edmondson).

Systemes, systemique:

Nos sociétés sont structurées par différents systèmes d'organisation sociale. Ces systèmes produisent des normes, qui sont perpétuées par les individus et les groupes d'individus. Ceux-ci produisent aussi des rapports de domination entre ces mêmes individus, tel que le racisme, le sexisme, le classisme, l'âgisme, etc. Ces problématiques peuvent se vivre au niveau personnel (par exemple, une personne consciemment haineuse d'une autre en raison d'une caractéristique identitaire qu'elle possède) ou au niveau systémique, lorsque des inégalités se reproduisent dans les structures ou les institutions de la société, de manière omniprésente ou automatique (par exemple, les personnes racisées sont plus susceptibles d'être contrôlées par les services de police). Ces inégalités mènent à une marginalisation de certains groupes de personnes, qui se retrouvent à en subir les conséquences, souvent violentes. Comme le démontre l'intersectionnalité, les individus peuvent se retrouver dans un ou plusieurs de ces groupes. Les personnes se trouvant à l'intersection de différents systèmes sont impactées de manière spécifique à cette intersection.

Tiré de femmes et égalité des genres Canada

Sexe

« Dans son sens restreint, le mot sexe renvoie aux caractéristiques biologiques et physiologiques qui distinguent l'homme, la femme et les personnes intersexuées. Cependant, dans la langue française courante, l'utilisation du mot « sexe » tend aussi à englober la notion d'identité de genre (par exemple, dans des expressions comme « la violence fondée sur le sexe »). »

Genre

« Le genre désigne les rôles et les comportements qu'on associe au fait d'être un homme ou une femme dans une société donnée. Plus sa définition est rigide, plus il risque d'engendrer des stéréotypes restreignant le champ de ce qu'on peut attendre des personnes de l'un ou de l'autre sexe. La définition du genre dans une société varie selon l'époque et la culture. »

Violence fondée sur le sexe

« Les victimes vivent de la violence "en raison de leur sexe, de leur expression ou identité de genre ou de leur identité présumée. »

Comportements toxiques

Les comportements toxiques incluent une variété d'action qui nuit et atteint négativement les autres. Les comportements toxiques peuvent inclure toutes les formes de violences (physique, sexuelle, psychologique, économique, émotionnelle et coercitive), la discrimination, le harcèlement, l'intimidation, la dévalorisation et tout comportements portant atteinte à autrui. Un comportement toxique ne définit pas une personne. Cette personne a la possibilité de changer ce comportement, si elle reconnaît ses torts et entame un processus pour cesser ce comportement. Les comportements toxiques laissent souvent des marques non-visibles chez les victimes et peuvent être parfois difficiles à identifier, car ces comportements diminuent la confiance de la victime et ont un impact psychologique.

Intersectionnalité

« L'intersectionnalité fait référence à la manière dont les sources de discrimination se chevauchent et se renforcent mutuellement. Le terme fait également référence au fait que, dans la réalité, nous avons tous plusieurs identités qui se croisent et qui font de nous ce que nous sommes. » - Gouvernement du Canada, Santé publique.

Relation saine

Une relation saine permet l'épanouissement des individus en leur permettant d'exprimer librement leur identité, sans jugement ni critique. Dans ce type de relation, les personnes sont d'égal à égal, elles se supportent dans l'accomplissement de leurs objectifs, elles reconnaissent leurs erreurs et communiquent ouvertement ensemble. Une relation saine établit une confiance entre les personnes et un sentiment de sécurité.