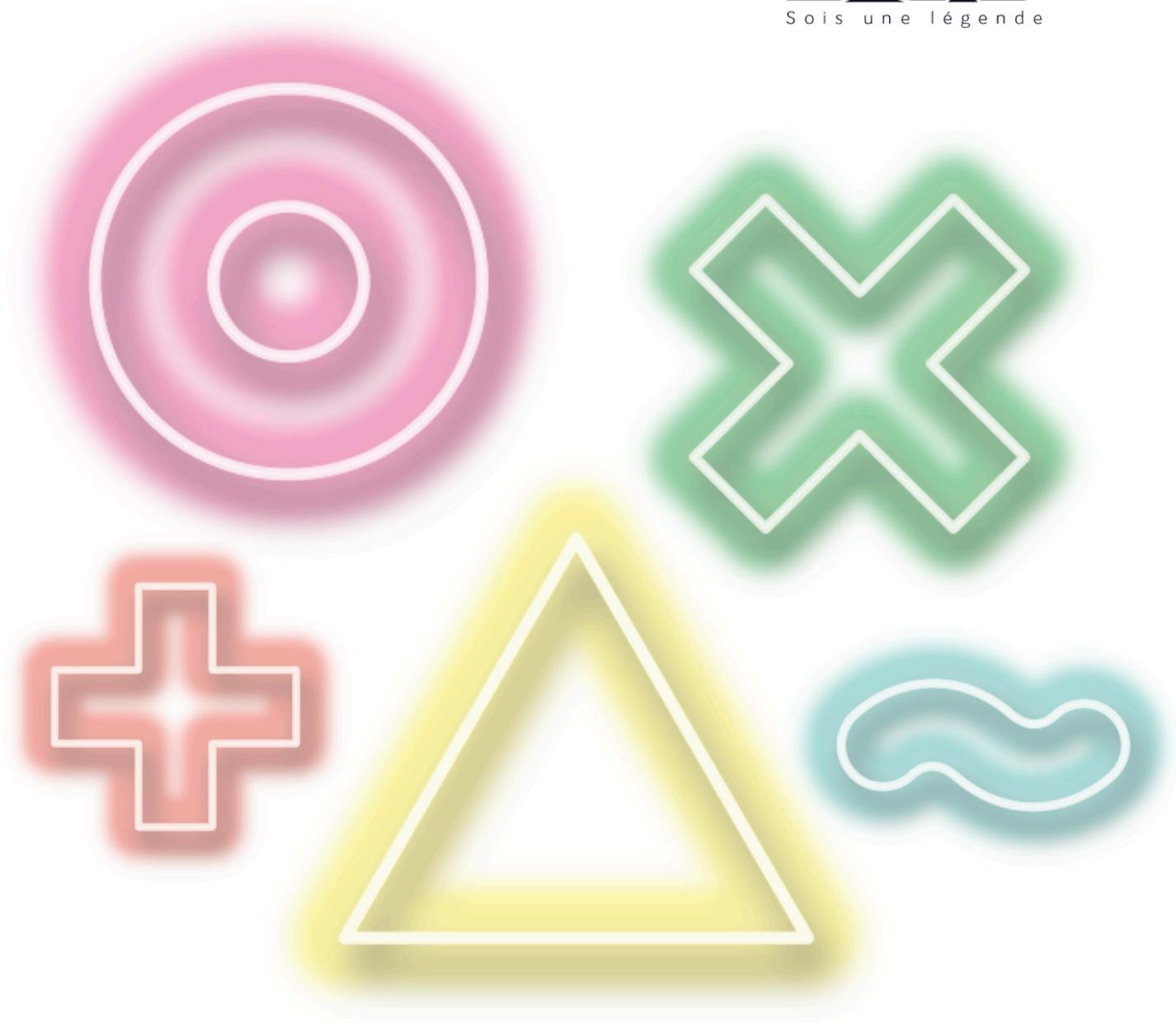


# Document de recommandations



Sois une légende



Femmes et Égalité  
des genres Canada

Women and Gender  
Equality Canada

YWCA  
QUÉBEC

**SUL - Sois une légende est un projet de prévention sur les comportements toxiques pour contrer la violence fondée sur le sexe et/ou le genre.**

Ce projet est financé par Femme et égalité des genres Canada. Grâce à leur appui nous avons pu élaborer divers outils pour contribuer à bâtir un monde plus sécuritaire pour tout le monde.

Projet réalisé par : YWCA Québec  
Département : Services jeunesse  
Téléphone : 418-683-2155 poste 142  
Adresse : 855 avenue Holland, Québec

Date de publication : mars 2024



Femmes et Égalité  
des genres Canada      Women and Gender  
Equality Canada



Initiative de la YWCA Québec

## **Table des matières**

<b>Le projet SUL - Sois une légende</b>	<b>4</b>
<b>Présentation</b>	<b>5</b>
<b>La violence fondée sur le sexe et/ou le genre, Qu'est-ce que c'est:</b>	<b>7</b>
<b>1re recommandation : Reconnaître les réalités différentes de chaque individu dans l'intervention.</b>	<b>11</b>
<b>2e recommandation : Se questionner sur ses biais envers les femmes</b>	<b>13</b>
<b>3e recommandation : Ne pas employer le terme masculinité toxique</b>	<b>16</b>
<b>4e recommandation : Favoriser un milieu qui valorise la bienveillance et l'empathie</b>	<b>17</b>
<b>5e recommandation : Favoriser l'intelligence émotionnelle</b>	<b>19</b>
<b>6e recommandation : Valoriser les émotions et leur expression positive</b>	<b>20</b>
<b>7e recommandation: Déconstruire les comportements acquis du patriarcat</b>	<b>23</b>
<b>Le début d'un changement</b>	<b>26</b>
<b>Bibliographie</b>	<b>27</b>

## Le projet SUL - *Sois une légende*

Le projet SUL - *Sois une légende* s'inscrit dans la continuité des objectifs des Services jeunesse de la YWCA Québec. L'objectif de ce projet est de proposer et dispenser des ateliers développant des pistes de réflexion pour contribuer à la réduction de la violence fondée sur le sexe et/ou le genre et ainsi bâtir un monde sécuritaire pour les filles et jeunes personnes trans binaires et non-binaires<sup>1</sup>.

Ce projet s'articule autour de la prévention primaire auprès des jeunes du secondaire. Nous proposons des ateliers qui vont outiller les jeunes pour réduire les comportements pouvant conduire à des actes de violence. SUL travaille sur le développement des bases des relations bienveillantes. À la suite de deux années de recherche, nous avons conclu que pour réduire la violence fondée sur le sexe et/ou le genre, il faut que les compétences de bases des relations bienveillantes soient acquises chez les jeunes. Les adolescent.e.s se trouvent à un moment de leur développement où leur apprentissage social est très important. C'est lors de cette période que le Soi se définit. Les jeunes quittent tranquillement l'influence familiale pour trouver leur indépendance. Leurs amitiés et leur pairs influencent leur développement, leurs actions et leurs pensées. C'est un moment de grands questionnements où les jeunes sont très influençables. Il est important de leur offrir des outils et un support adéquat pour les guider dans leurs réflexions et développer un esprit critique face à leurs actions. La puberté, en tant que période de bouleversement physiologique et intellectuel, représente une étape cruciale dans l'éducation émotionnelle et sociale.<sup>2</sup>

Développer les aptitudes de base pour des relations respectueuses est crucial à cet âge pour l'avenir de ces jeunes. Nous espérons que ce projet aidera les jeunes à vivre dans un environnement plus sécuritaire et contribuera à réduire la perpétuation des comportements toxiques et violents. Avec les mises en situations proposées dans le jeu Sul - *Sois une légende*, les jeunes sont amenés à réfléchir sur leurs comportements et les impacts que ceux-ci peuvent avoir sur autrui. Lors des animations que nous avons faites, certains jeunes nous ont partagé avoir pris conscience de comportements inadéquats qu'ils et elles avaient. Aussi, ce projet favorise la discussion et permet aux jeunes de trouver des solutions aux situations problématiques.

---

<sup>1</sup> Lorsque nous employons «filles et jeunes personnes trans binaire et non-binaire», nous nous adressons à toutes les jeunes filles cisgenres, les jeunes filles trans, les jeunes garçons trans et tous les jeunes qui s'identifient à un genre différent que celui assigné à la naissance, incluant les personnes non-binaire.

<sup>2</sup> Goleman, Daniel (2014). *L'intelligence émotionnelle : Analyser et contrôler ses sentiments et ses émotions, et ceux des autres*. Paris : J'ai lu, 768 p

# Présentation

L'objectif de ce document est de proposer diverses pistes de solution pour contrer la violence fondée sur le sexe et/ou le genre. La majorité des recommandations font références à la prévention primaire telle que présentée précédemment. Par contre, certaines abordent la prévention secondaire lorsqu'il est sujet de la dénonciation et de la double victimisation.

La réduction de la violence s'inscrit dans un travail collectif. Ce document s'adresse aux professionnels travaillant avec les jeunes, pour amener une réflexion sur les biais inconscients ou conscients qui peuvent favoriser directement ou indirectement des comportements toxiques ou violents.

Ce projet présente une approche féministe intersectionnelle qui a pour objectif de redonner le pouvoir aux victimes et de conscientiser les auteurs de comportements toxiques. L'intersectionnalité permet de mettre en lumière les différents systèmes d'oppression et les impacts de ceux-ci sur la vie des victimes et sur leur confiance à dénoncer. Ceci permet de révéler la discrimination invisibilisée que peuvent vivre les personnes qui sont à la croisée des systèmes d'oppression. Sul s'attaque aux problématiques reliées aux racismes, aux sexismes, à la transphobie, à la misogynie, à l'intimidation et au patriarcat.

« Bien qu'elles partagent un ensemble d'oppression en raison de leur genre, d'autres caractéristiques tels que le statut socioéconomique, les origines ou les capacités participent à la construction des injustices sociospatiales. » (Desroches, M, 2015)

La dénonciation est un autre enjeu que vivent les personnes marginalisées. Très souvent, la discrimination et l'injustice qu'elles vivent, sont considérées selon la réalité des personnes dominantes et privilégiées. Voici un exemple donné par Kimberlé W.Crenshaw. « Le problème des femmes noires est qu'elles ne reçoivent la protection de la loi que dans la mesure où l'on estime leur expérience assimilable à celle d'un groupe reconnu par la doctrine antidiscriminatoire dominante. » (W. Crenshaw, 2023)

Au cours de ce projet, nous avons constaté une tendance à la banalisation des dénonciations dans les écoles. Cela est probablement inconscient et peut-être relié à une surcharge de tâches. Par contre, lorsqu'un.e jeune vit du racisme, du sexisme, de l'intimidation, de la violence et que personne n'adresse le problème, le message envoyé n'est pas positif. Il est vrai que les jeunes racisé.e.s vont vivre plus d'intimidation et par ce fait, venir se confier davantage à vous. Il ne faut pas oublier qu'un individu victime de différents systèmes d'oppression est plus à risque de vivre de la violence et du harcèlement.

En tant que modèle positif auprès des jeunes, il y a un devoir d'honorer chaque dénonciation faite et surtout de la traiter adéquatement. Il faut briser ce cercle de discrimination, d'oppression et d'injustice.

Ce document vous propose des pistes de réflexion pour tranquillement changer les normes sociales intégrées qui perpétuent la violence.

« Les homicides de femmes et de filles sont souvent liés au genre, c'est-à-dire que les actes de violence dont elles sont victimes sont fondés sur leur sexe ou leur genre, ce qui, selon certains, s'explique en partie par des facteurs liés à des normes sociales nuisibles, aux inégalités et à la discrimination à l'égard des genres, ainsi qu'aux relations de pouvoir inégales (Office des Nations Unies contre la drogue et le crime, 2022)<sup>3</sup>. »

---

<sup>3</sup> Danielle SUTTON et Adam COTTER. (2023). *Décisions rendues par les tribunaux dans les affaires d'homicide de femmes et de filles lié au genre au Canada, 2009-2010 à 2020-2021*, [En ligne]. <https://www150.statcan.gc.ca/n1/fr/pub/85-002-x/2023001/article/00007-fra.pdf?st=g7Z45nov> (consulté le 12 décembre 2023).

# La violence fondée sur le sexe et/ou le genre, Qu'est-ce que c'est:

Afin de mieux pouvoir accompagner les jeunes qui en sont victimes, et surtout pouvoir les identifier au sein de vos écoles, il est essentiel de comprendre ce que sont les violences fondées sur le sexe, ce qu'elles englobent, qui elles concernent et comment elles naissent.

## **Genre, sexe, quelle différence ?**

- Le terme **sexe** renvoie à un système de catégorisation lié à un ensemble d'attributs biologiques retrouvés chez les humains et les animaux. Il est lié principalement à des caractéristiques physiques et physiologiques.
- Le terme **genre** renvoie, selon le lexique inclusif de l'UQAM, aux comportements, rôles et activités socialement construits qui sont liés à la masculinité ou à la féminité. A ne pas confondre avec l'identité de genre qui désigne l'expérience individuelle et personnelle de s'auto-situé sur le spectre du genre.<sup>4</sup>

Pour reprendre la définition qui est donné par le Ministère des femmes, de l'égalité des genres et de la jeunesse ; la violence fondée sur le sexe correspond aux actes de violences spécifiquement perpétrés contre quelqu'un en raison de son sexe, son genre, son expression de genre ou son identité de genre perçue : « *La violence fondée sur le sexe (VFS) compte parmi les violations des droits de la personne les plus répandues, les plus meurtrières et profondément enracinées de notre époque. La VFS peut prendre diverses formes, notamment physique, sexuelle, psychologique, émotionnelle et financière, et peut être facilitée par la technologie.* »<sup>5</sup>

Cette violence peut se manifester sous plusieurs formes, plus ou moins explicites. Quatre catégories ont ainsi été identifiées :

- La violence physique, qui implique un contact entre deux individus et fait souvent appel à la force;
- La violence sexuelle, qui implique des comportements ou des gestes à caractère sexuel commis sans consentement ;
- La violence psychologique, qui menace le bien-être d'une personne;
- La violence économique, qui restreint ou supprime l'autonomie d'un individu.

<sup>4</sup> Hildgen, Bronja. (2021) "Lexique des termes- Études féministes"  
<https://wiki.uqam.ca/pages/viewpage.action?pagelid=133403786>

<sup>5</sup> Femmes et égalité des genres Canada. (2023). *Collaboration intergouvernementale pour mettre fin à la violence fondée sur le sexe.*  
<https://femmes-egalite-genres.canada.ca/fr/violence-fondée-sexe/collaboration-intergouvernementale/pla-n-action-national-fin-violence-fondée-sexe.html> (consulté le 14 janvier 2024)

Certaines de ces violences sont plus susceptibles d'apparaître dans la vie intime des personnes concernées, au sein du couple, du foyer familial etc. Même si elles sont plus difficiles à identifier, il est important d'en connaître l'existence afin de mieux pouvoir appréhender si un.e jeune venait se confier à vous. Cependant le cadre scolaire est un lieu idéal pour mettre en place des outils de prévention visant à amorcer les situations propices à engendrer de la violence fondée sur le sexe.

Il faut comprendre que ce genre de violence est engendré par de nombreux facteurs imbriqués les uns dans les autres ; les inégalités profondes entre personnes identifiées comme hommes, celles identifiées comme femme et toutes les personnes dont le genre ne correspond pas à leur sexe assigné à la naissance, la « culture du viol » excusant et même récompensant les comportements oppressifs à caractère sexuel, les doubles standards (attentes spécifiques de comportements en fonction du sexe de la personne) et bien d'autres encore.

C'est cette accumulation de facteurs qui rendent les violences fondées sur le sexe si difficile à éliminer. Ceci demande donc une vigilance constante de la part de chaque citoyen et citoyenne ainsi que des programmes gouvernementaux visant à les prévenir: « La prévention exige que l'on comprenne que le comportement des individus s'inscrit dans le contexte des relations interpersonnelles et dans ceux, plus vastes, des institutions et de la société » (Jewkes, 2015)

Nous avons évoqué auparavant l'importance que nous accordions à l'intersectionnalité dans nos interventions et nos missions. L'intersectionnalité est également une bonne clé de compréhension des dynamiques de pouvoir dans les relations interpersonnelles, auxquelles les enfants n'échappent pas. L'intersectionnalité appliquée dans le cadre de la violence fondée sur le sexe signifie que des jeunes dont l'identité recroise des caractéristiques minoritaires multiplient vont subir de la violence spécifique à cette identité multiple. Une jeune élève noire provenant d'un milieu défavorisé ne va pas subir de la violence fondée sur le sexe puis de la violence raciste puis de la violence classiste, mais ces 3 caractéristiques vont modeler et engendrer une violence particulière visant son identité complète. L'intersectionnalité permet de comprendre que même si la société éradique le sexisme, les femmes ayant des caractéristiques de discriminations multiples subiraient encore de la violence.

L'intersectionnalité invite également à être compréhensif des facteurs aggravant les risques de subir la violence, ou d'en commettre. L'intersectionnalité permet de comprendre les risques de perpétuer la violence consciemment ou inconsciemment. Le Ministère des femmes, de l'égalité des genres et de la jeunesse a en effet porté un point d'attention aux jeunes ayant un parcours migratoire et l'influence que cela avait sur leur expérience de la violence : « les traumatismes résiduels découlant des expériences préalables à la migration peuvent influencer sur la perception des rôles familiaux et de genre par les hommes et les femmes. Les difficultés d'intégration peuvent également contribuer aux facteurs de risque de violence familiale.<sup>6</sup> »

---

<sup>6</sup> Femmes et égalité des genres Canada. (2023). *Repérer la violence familiale dans les communautés musulmanes et y réagir : les répercussions potentielles sur l'identification et la réponse à la violence familiale par les avocats en droit de la famille.*  
<https://femmes-egalite-genres.canada.ca/fr/violence-fondée-sexe/resume-de-recherche/reperer-violence-familiale-communautés-musulmanes.html> (consulté le 15 janvier 2024)

En 2022, lors d'un atelier portant sur ce sujet, des étudiants 2SLGBTQ+ de tout le Canada ont proposé les priorités suivantes relatives à ce qui les fait se sentir en sécurité dans la communauté scolaire<sup>7</sup> :

- « Des enseignants qui essaient de communiquer avec vous et de vous comprendre »
- « L'absence de toute menace physique/émotionnelle, la sécurité et la sûreté physique et mentale »
- « Pouvoir s'ouvrir, apprendre, faire des erreurs et être vulnérable les uns aux autres.»
- « Utiliser mes noms préférés dans les moments appropriés > pas d'outing »
- « Avoir la possibilité de partager mes émotions et avoir la chance de m'épanouir sans barrières »
- « Être entendu(e) et compris(e) sans jugement »
- « Me reconnaître dans l'école : la représentation visuelle dans un espace est importante! »

Un autre rapport produit par le ministère fait état d'un constat important : les programmes qui réussissent le plus efficacement à prévenir la violence et à promouvoir les relations non violentes sont ceux qui s'attaquent aux problèmes avant qu'ils ne se manifestent. Les facteurs de réussites de ces programmes sont<sup>8</sup> :

- Élargir la programmation de façon à incorporer des ressources et des partenaires communautaires aux démarches de prévention.
- Enseigner des habiletés sur les façons d'établir des relations saines est une composante importante de ces programmes.
- Les programmes d'intervention des témoins comptent généralement deux volets : modifier les normes concernant le consentement et la violence sexuelle, et promouvoir des interactions sociales plus positives entre les jeunes.
- Aider les participantes et les participants à réagir en toute sécurité à des comportements de leurs semblables qui soutiennent la violence.

---

<sup>7</sup> Gouvernement du Canada. (2022). *Guide de la fierté 2022 : Stratégies des jeunes pour lutter contre la violence liée au genre dans nos écoles*, [En ligne].

<https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/vie-saine/guide-fierté-2022.html> (consulté le 15 janvier 2024).

<sup>8</sup> Femmes et égalité des genres Canada. (2021). *Prévention primaire de la violence faite aux femmes et aux filles : connaissances actuelles sur l'efficacité des programmes*, [En ligne].

<https://femmes-egalite-genres.canada.ca/fr/violence-fondee-sexe/resume-de-recherche/resume-de-recherche-prevention-claire-crooks.html> (consulté le 15 janvier 2024).

C'est pour cette raison que la YWCA s'engage auprès de vous pour lutter ensemble contre les violences fondées sur le sexe au sein de l'école. Pour ça, vous trouverez au fil de ce document des recommandations d'outils, d'ateliers et de prévention pour accompagner les jeunes et établir des liens de confiance avec elles afin qu'elles se sentent à l'aise de venir vous dénoncer des situations auxquelles elles font face.

## 1re recommandation : Reconnaître les réalités différentes de chaque individu dans l'intervention.

Chaque personne a une histoire qui lui est propre. La considération des différentes réalités d'une personne est essentielle lorsque celle-ci se confie. Il faut faire attention à ne pas porter un jugement teinté de notre perception sur la situation. Le fait de ne pas reconnaître certains commentaires racistes, sexistes, homophobe ou violents en les dénonçant ou les sanctionnant, a un impact sur la confiance et l'estime des victimes. Parfois, c'est inconscient, car notre vécu influence comment on perçoit différentes situations.

Tout au long de ce projet, les jeunes nous ont confié ne pas avoir confiance en le personnel de l'école, car trop souvent, leurs dénonciations ont été banalisées. Dans ce contexte, la banalisation n'est pas nécessairement avec des mots, bien que cela soit arrivé. Il s'agit plus d'une banalisation par l'inaction du personnel. Ceci a eu des conséquences chez ces jeunes et les a amenés au silence. Indirectement, cela a contribué à perpétuer les comportements violents, oppressants et dominateurs.

Le fait de ne pas intervenir adéquatement suite à des commentaires discriminatoires et violents, détruit l'espace sécuritaire permettant à ces jeunes de s'émanciper et de pleinement s'exprimer.

Pour entamer ce changement, il faut adapter l'intervention auprès de ces jeunes à leur réalité. Il faut reconnaître un comportement toxique et l'adresser immédiatement.

### **SUGGESTIONS D'ACTION :**

- L'une des premières actions que nous recommandons est de prendre conscience de vos propres angles morts et jugements. De vous questionnez par rapport à vos croyances, opinions et actions qui peuvent perpétuer le racisme, le sexisme, la transphobie et la misogynie. Cela va souvent influencer inconsciemment l'intervention auprès des jeunes. Par exemple, ne plus considérer ou intervenir lorsqu'un jeune dénonce constamment des propos racistes, en se disant qu'il y a exagération. L'exagération perçue peut témoigner d'une réalité dont la personne n'a pas conscience, car cela ne fait pas partie de sa réalité. Cette approche permet d'offrir une chance équitable à tout le monde et non basé sur nos perceptions.
- Ensuite, voici [un questionnaire](#) de la Boussole numérique qui vous permet d'identifier vos angles morts et de vous questionner par rapport à ceux-ci. Nous vous recommandons fortement de prendre le temps de compléter ce questionnaire.

« Les interventions qui s'adressent uniquement au patriarcat perpétuent une vision et des explications tronquées des expériences des femmes touchées par d'autres systèmes de domination (Harper 2012). L'intersectionnalité réside donc en un rejet de l'analyse en silo ou

encore à l'essentialisation des effets des oppressions. Ce faisant, elle permet d'avoir une compréhension intégrée des identités en formation en considérant les liens théoriques et politiques des divisions sociales (Anthias 2008). Ainsi, l'analyse intersectionnelle déconstruit la vision universaliste des femmes, mais également de ses sous-catégories (immigrantes, handicapées, racisées, en situation de violence conjugale, etc.) (Harper 2012).<sup>9</sup> »

Ensuite, il est important de poser des gestes concrets pour arrêter les comportements toxiques et inadéquats qui perpétuent les violences fondées sur le genre. Un commentaire sexiste qui peut nous sembler banal à l'âge adulte peut détruire la confiance d'un.e jeune. De plus, l'inaction envoie le message que leur comportement est acceptable. De ce fait, la personne qui a des comportements inadéquats, n'apprend pas à le changer pour favoriser de saines relations.

Finalement, il ne faut pas oublier lors de l'intervention qu'un comportement ne définit pas une personne. Il est important que les jeunes comprennent cela pour les encourager à changer leurs comportements inappropriés.

---

<sup>9</sup> Desroches, M.-È. (2015). L'analyse intersectionnelle et l'approfondissement de la compréhension des violences sexistes par Femmes et villes international. *Recherches féministes*, 28(2), 81–100. <https://doi.org/10.7202/1034176ar>

## 2e recommandation : Se questionner sur ses biais envers les femmes

Le changement souhaité dans la société débute par nos actions. Il est intéressant de se questionner sur les comportements adoptés face à des situations de discrimination ou de violence. Adopter un comportement proactif peut parfois représenter un défi, mais c'est précisément cela qui contribue activement à changer les choses. Être proactif offre un soutien à la victime et permet à l'auteur du comportement inapproprié de réaliser le caractère intolérable de ses actions.

Nos actions face aux comportements inadéquats peuvent être influencées par des biais inconscients, l'éducation et la culture. Le premier pas pour changer cela, c'est d'en prendre conscience.

Pour souhaiter réduire la violence, il faut tout d'abord prendre conscience des petits gestes du quotidien qui nous entourent. C'est le devoir de chaque individu de se questionner sur ses biais, de parler quand quelqu'un est offensant, d'être honnête dans le partage de ses émotions et de considérer la réalité de chaque jeune. En étant attentif à ses propres réactions, en les remettant en question et en agissant de manière proactive, chaque individu a la chance de contribuer activement à un changement positif et de favoriser un environnement respectueux et inclusif.

Liz Plank dans son livre *Pour l'amour des hommes*, partage une situation qui permet de bien comprendre comment nos biais inconscients influencent nos actions.

« Quand je m'adresse à un auditoire adulte, je commence le plus souvent en demandant aux gens qui ont des enfants de lever la main. Ensuite, je demande à ces personnes de la laisser levée s'ils ont déjà dit à leur fille qu'elle pouvait faire tout ce qu'un garçon peut faire. La plupart garde la main fièrement levée. Quand je demande qui a dit à son fils qu'il pouvait faire tout ce qu'une fille peut faire, le silence s'abat sur le public et presque toutes les mains se baissent. » (Plank, L, 2019)

Cette situation illustre bien comment le genre à déterminer certains biais inconscients dans l'éducation et la culture. Dans la société, il y a une prépondérance de ces biais dévalorisants envers les femmes. Ceci se perçoit dans tous les commentaires sexistes. Voici quelques exemples de catégories de commentaires sexistes tirés de Bien-être à l'école, que l'on retrouve au quotidien<sup>10</sup>.

Blagues et insultes sexistes.

Commentaires misogynes – traiter un garçon de « fille » pour l'insulter.

---

<sup>10</sup> Bien-être @ l'école. *Sexisme et violence*, [En ligne].

<https://www.bienetrealecole.ca/modules-de-formation/equite-et-education-inclusive/comprendre-le-sexisme-le-racisme-et-lhomophobie/sexisme-et-violence> (consulté le 29 novembre 2023).

Rumeurs sur les activités sexuelles d'une fille.  
Termes sexuels dénigrants, « pute », « salope ».  
Cyberintimidation sexiste, par exemple, termes sexuels dénigrants ciblant une fille dans Facebook.  
Sites Web sexistes et misogynes.

En lisant ces catégories, tout le monde à quelques exemples à partager en tant que témoin ou victime. Pourtant, elles témoignent d'un sexisme profond ancré dans la société. Elles sont dénigrantes et réduisent le fait d'être femme ou de valoriser la féminité à quelque chose de faible. Cette utilisation des qualités dites féminines pour insulter quelqu'un se retrouve aussi dans les propos homophobe, lesbophobes, transphobe et mysogine.

Puis, même les jeunes filles en sont victimes soit par les jeunes à l'école ou par la réaction des professeurs. Voici quelques exemples de situations de discrimination, de sexisme et d'injustice que des jeunes nous ont partagées. Ce sont toutes des situations où nous estimons qu'il y aurait dû avoir une intervention.

- Une jeune fille nous a confié qu'un jour un garçon à l'école lui a fait un commentaire sur ses seins. Un commentaire qui ressemblait à « tu as des gros seins. » Lorsqu'elle a confié cela à sa professeure, celle-ci lui a dit que ce n'était pas grave, que c'est juste un commentaire sur son apparence.

Pourtant, ce commentaire est du sexisme. Définition du sexisme selon l'Office québécoise de la langue française ; attitude ou comportement discriminatoires fondés sur le sexe ou sur des stéréotypes liés au genre<sup>11</sup>.

Ne pas intervenir sur ce commentaire ou un commentaire similaire, c'est contribuer à perpétuer la discrimination envers les femmes et les personnes de la diversité de genre. Intervenir rapidement auprès des jeunes pour leur faire comprendre l'impact de leur comportement peut éviter que cela se perpétue. À l'inverse, valider ce comportement en n'intervenant pas, encourage indirectement l'enfant à poursuivre ses comportements toxiques.<sup>12</sup>

Une autre situation que l'on peut catégoriser de harcèlement: « Le harcèlement se manifeste par des paroles ou des comportements offensants, méprisants, hostiles ou non désirés. Le harcèlement est discriminatoire lorsqu'il est fondé sur une caractéristique personnelle de la personne qui le subit (par exemple : son âge, son origine ou son sexe).<sup>13</sup> »

---

<sup>11</sup> Office québécois de la langue française. (2017). *Grand dictionnaire terminologique*, [En ligne]. <https://vitrinelinguistique.oqlf.gouv.qc.ca/fiche-gdt/fiche/8975953/sexisme> (consulté le 4 décembre 2023).

<sup>12</sup> Pour en savoir plus sur le sexisme au quotidien, <https://gazettedesfemmes.ca/13905/le-sexisme-du-quotidien/>

<sup>13</sup> Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse Québec. (2024). *Le harcèlement*, [En ligne]. <https://www.cdpdj.qc.ca/fr/vos-obligations/ce-qui-est-interdit/le-harcelement> (consulté le 4 janvier 2024).

- Plusieurs jeunes filles ont confié se faire taper les fesses par un garçon de la classe. Celui-ci rigole et leur envoie même des becs soufflés. Cette situation perdure et personne n'intervient auprès du garçon. Pourtant, il ne s'agit pas de taquinerie, bien que ce soit l'une des explications que nous avons entendues. Ce comportement se rapproche davantage du harcèlement.

Le fait de passer sous silence les gestes de ce garçon contribue à perpétuer les comportements sexistes et de harcèlement que vivent les femmes. Le fait de ne pas intervenir supporte indirectement ce geste voire le banalise. Pourtant, il s'agit de toucher le corps et les parties intimes de jeunes filles sans leur consentement. Puis, cette situation nous a été partagée par plusieurs filles provenant de milieux différents lors de différentes rencontres.

Toutes ces situations témoignent d'un manque d'intervention. Cela peut être dû à plusieurs facteurs. Le premier à considérer est de savoir si cette inaction est reliée à la perception des événements. Est-ce que certains angles morts des professeur.e. ont eu un impact sur leur intervention ?

**SUGGESTION D'ACTION:** Prendre le temps d'une introspection pour mieux comprendre la façon dont vous intervenez. Comment dans votre quotidien traitez-vous les femmes ? Quel est votre discours, votre vision de la femme ? Quels commentaires sexistes employez-vous parfois ? Toutes ces questions et bien d'autres, peuvent vous permettre de constater certaines actions qui contribuent à encourager indirectement le sexisme. Il est possible de changer cela. Le premier pas est d'en prendre conscience.

### 3e recommandation : Ne pas employer le terme masculinité toxique

Le terme masculinité toxique, bien qu'il fait référence aux comportements toxiques et inadéquats que certains hommes peuvent commettre, demeure un terme provocateur et ce surtout chez les jeunes. Après des discussions avec Michel Dorais, nous avons réalisé au sein de l'équipe, l'importance d'utiliser un langage bienveillant envers les garçons. Nous avons conclu que pour le projet, nous utiliserons le terme comportements toxiques. Notre objectif est d'apporter une réflexion sur les comportements toxiques chez les jeunes garçons. Pour y arriver, il faut tout d'abord établir un environnement propice à la discussion et aux échanges.

L'utilisation du terme « comportements toxiques » plutôt que « masculinité toxique » est une approche qui a été bénéfique lors de nos rencontres avec les jeunes. Nous avons constaté qu'employer le terme masculinité toxique avec les jeunes garçons crée une fermeture et une réaction d'opposition chez la plupart d'entre eux. Les jeunes tombent rapidement en opposition, car pour eux, la masculinité n'est pas quelque chose de toxique. La masculinité fait partie de leur identité en tant qu'homme. À l'inverse, lorsque l'on parle de relation bienveillante et de comportements toxiques, sans définir un sexe ou un genre, la discussion est ouverte et de très beaux échanges ont lieu.

De plus, le terme masculinité toxique va être contre productif dans une animation ou dans une discussion. Au lieu d'aborder dès le début différents comportements toxiques qui nuisent aux relations et perpétuent la violence, nous devons définir le terme masculinité toxique et rétablir un environnement calme propice à la discussion. Sur une période de 60 minutes, cela nous empêche d'aller en profondeur dans le vif du sujet. Il peut être intéressant d'aborder ce terme, masculinité toxique, après quelques rencontres avec les mêmes jeunes. Le fait qu'un lien de confiance est établi permet de discuter des enjeux qu'apporte une certaine masculinité virile qui prône des comportements toxiques. Malgré que l'on parle de masculinité toxique, il est possible de présenter le terme en parlant positivement de la masculinité en présentant l'importance de la masculinité bienveillante et des comportements bienveillants.

Un autre point que nous avons observé lors de nos discussions avec les jeunes, c'est l'impact du terme masculinité toxique chez ceux qui ont ou qui vivent de la violence. Lorsque l'on emploie le terme masculinité toxique, ils se sentent attaqués, car cela rejoint l'une de leur peur, ne pas reproduire ce qu'ils ont vécu ou vivent. Par contre, parler de comportements toxiques ouvre la discussion sur le partage des visions d'une relation bienveillante et respectueuse exempte de violence.

Bref, cette approche bienveillante envers le choix du langage est essentielle pour atteindre l'objectif de sensibiliser les jeunes aux comportements toxiques et à la violence. Cela permet de créer des espaces de discussion ouverts et inclusifs pour aborder des questions délicates tout en favorisant un changement positif.

## 4e recommandation : Favoriser un milieu qui valorise la bienveillance et l'empathie

Dans cette recherche sur les comportements bienveillants et comment réduire la violence fondée sur le sexe et/ou le genre, ce qui ressort comme étant essentielle pour contrer la violence par la prévention est le développement des capacités sociales des jeunes. Le manque d'empathie, de bienveillance et d'écoute est au cœur des relations et de la masculinité toxique.

« L'empathie et la bienveillance sont d'excellents antidotes à la virilité toxique » (Dorais, M, 2023) et contribuent au développement de relations bienveillantes. Tel que mentionné par Michel Dorais dans *Guide de bonne conduite sexuelle*, « l'empathie favorise l'échange de plaisir et évite une jouissance égoïste.» (Dorais, M, 2021) Bien que dans ce contexte, on parle de relation sexuelle, cela s'applique à toutes formes de relations. Une jouissance égoïste favorise des abus, un pouvoir malsain et une perte de sensibilité à l'autre. Inversement, si l'on favorise l'empathie, cela responsabilise davantage l'individu, car il prend conscience de l'autre et de ses émotions.

Michel Dorais aborde aussi le thème de la bienveillance dans son livre. Il mentionne « la bienveillance permet dans la séduction de ne pas chercher à piéger l'autre, à faire de fausses promesses. Cela permet d'être soi-même et honnête dans ce que l'on recherche. » (Dorais, M, 2023) La bienveillance est au cœur des relations harmonieuses. Lorsque la bienveillance est mise de l'avant, cela évite des situations de dominations, de pouvoir et de discriminations. La bienveillance réside dans le désir du bien de l'autre sans compromettre sa propre intégrité. La valorisation des comportements bienveillants se doit d'être au cœur de la solution. Ceci va pouvoir contribuer à changer l'image sans émotion de l'homme fort et viril.

Pour valoriser et développer les comportements bienveillants voici quelques outils :

- Reconnaître les comportements bienveillants chez les jeunes (être à l'écoute, attentionné, indulgents) et les féliciter. Valoriser leurs comportements sains.
- Encourager les jeunes à poser des gestes bienveillants au quotidien.
- Ouvrir la discussion sur le partage d'actions bienveillantes vécues ou entreprises par les jeunes.
- Apprendre aux jeunes à être bienveillants envers soi-même.
- Être soi-même bienveillant envers les jeunes. Prêcher par l'exemple.

Pour valoriser et développer l'empathie voici quelques outils :

- Aider les jeunes à identifier leurs émotions. Il faut pouvoir nommer ses émotions avant de comprendre celles des autres.
- Demander à un jeune d'imaginer comment la personne se sent dans cette situation. La situation peut être réelle ou fictive.
- Être soi-même empathique envers les jeunes.

**SUGGESTION D'ACTION:** il peut être intéressant de débiter chaque classe avec un petit exercice de 5 minutes qui permet de développer l'empathie et la bienveillance.

Pour approfondir le sujet, voici deux ateliers que nous avons créés dans le cadre du projet.  
*- lien vers les ateliers - à venir*

Pour offrir la possibilité aux jeunes de changer leurs comportements toxiques ou inadéquats, il faut leur offrir des alternatives positives. Développer les qualités essentielles au développement de relations bienveillantes chez les jeunes leur offre cette possibilité de changement.

## 5e recommandation : Favoriser l'intelligence émotionnelle

Un autre outil important est le développement de l'intelligence émotionnelle. Cela contribue à réduire les comportements violents envers soi et les autres. L'intelligence émotionnelle telle que mentionnée par l'Ordre des conseillers en ressources humaines et en relations industrielles agréés du Québec, est « l'aptitude à entrer en relation avec les autres et à établir des rapports sains avec eux. La capacité de reconnaître, de comprendre et de maîtriser ses propres émotions et à composer avec celles des autres<sup>14</sup>. »

L'intelligence émotionnelle est une aptitude qui se développe tout au long de notre vie. Cependant, il y a deux moments clé qui sont importants dans son développement, l'un est durant l'enfance et l'autre à l'arrivée de la puberté. C'est « une période de bouleversement physiologique et intellectuel (qui) est une autre étape cruciale de l'éducation émotionnelle et sociale. » (Goleman, Daniel, 2014) Il est important d'offrir aux jeunes cette chance de développer leurs aptitudes.

L'intelligence émotionnelle est très importante dans la prévention des comportements violents. Daniel Goleman mentionne dans *L'intelligence émotionnelle : comment changer ses émotions* « Nous avons vu que les interventions destinées à combler tel ou tel déficit de l'intelligence émotionnelle et sociale pour traiter l'agressivité ou la dépression peuvent très efficacement protéger les enfants. » Pour développer cela, « une grande partie de l'apprentissage concerne les bases de l'intelligence émotionnelle, comme la capacité de reconnaître tout un registre d'émotions, de les nommer et d'éprouver de l'empathie. » (Goleman, D, 2014) Le succès des programmes d'éducation émotionnelle est dû au fait d'aborder des problématiques réelles que les jeunes vivent. Il est favorable pour les jeunes de créer des espaces de discussions pour partager les enjeux rencontrés au quotidien.

Par de simples exercices, il est possible d'aider les jeunes à développer leur intelligence émotionnelle:

**SUGGESTION D'ACTION:** Cela peut ne prendre que 5 minutes à chaque début de classe. Le fait d'intégrer cela au cursus, peut amener des changements positifs. Voici un exercice simple suggéré par Daniel Goleman. Il suffit de simplement demander aux jeunes comment ils se sentent sur une échelle de 1 à 10 au début des cours ou des activités. En honorant chaque jour leur état émotif, cela contribue au développement de l'intelligence émotionnelle chez les jeunes. Prendre le temps d'adresser le côté émotif dans les classes et les ateliers contribue, à la fin, à développer de meilleures relations.

Valoriser le côté émotif dans l'enseignement et auprès des jeunes contribuent à leur offrir un développement de leur capacité pour réduire les comportements toxiques.

<sup>14</sup> CRHA. (2023). *Intelligence relationnelle*, [En ligne]. <https://guide.ordrecrha.org/fr/competences-tranversales/intelligence-relationnelle#:~:text=Aptitude%20C3%A0%20entrer%20en%20relation,composer%20avec%20celles%20des%20autres> (consulté le 28 novembre 2023).

## 6e recommandation : Valoriser les émotions et leur expression positive

Valoriser les émotions associées à la sensibilité demande d'être en mesure de les identifier, de les nommer et d'accepter la vulnérabilité que cela comporte. La vulnérabilité est au cœur d'une relation respectueuse, car elle permet une ouverture à l'autre et aux émotions. « La vulnérabilité est un état d'exposition émotionnelle qui s'accompagne d'un certain degré d'incertitude. Cela implique la volonté d'une personne d'accepter le risque émotionnel qui découle de l'ouverture et de la volonté d'aimer et d'être aimée. » (Frank & Cécile, 2021)

L'image construite dans la société de l'homme fort entre en conflit avec la vulnérabilité. Il est important de noter que le désir d'être fort pour soi n'est pas en soi quelque chose de toxique. C'est le désir de prouver à tout le monde cette force physique et mentale qui laisse beaucoup de cicatrices et qui peut conduire à des comportements violents. Aussi, il est important de noter que des hommes se considérant faibles et délaissés peuvent commettre des actes de violence, telles les différentes communautés en ligne, comme par exemple les *célibataires involontaires*. Ce ne sont pas des hommes qui adhèrent nécessairement au stéréotype de l'homme fort, mais ils font parties d'un groupe perpétuant la violence fondé sur le sexe.

Lorsqu'une personne adhère à un stéréotype qui rejette toute vulnérabilité, comment peut-elle développer une relation dans l'intimité ? bell hooks mentionne dans son livre *La volonté de changer*, « la vulnérabilité est un état affectif que beaucoup d'hommes cherchent à éviter. Certains passent toute leur vie dans cette attitude d'évitement et ne connaissent donc jamais l'intimité. » (hooks, b, 2022)

Pour valoriser des relations harmonieuses, il est important d'offrir aux jeunes de nouvelles versions et alternatives à cette image de l'homme fort. Tout adulte qui est en contact avec les jeunes à cette opportunité d'amener ce changement en exposant les jeunes à la pluralité de la masculinité.

Se montrer vulnérable envers les jeunes permet de normaliser cet état d'être. Il est important d'aborder les sujets qui dérangent et qui blessent, d'exprimer ce que cela vous fait ressentir et d'identifier les émotions présentes dans la situation. Ne pas chercher à se montrer fort.e dans une situation qui nous affecte permet de normaliser les émotions et invite les jeunes à faire de même. Lorsque les jeunes peuvent s'identifier à des modèles positifs qui s'ouvrent aux émotions et qui se montrent vulnérables, cela favorise le développement de ces capacités chez elleux.

Ce rôle très défini et stéréotypé de l'homme «fort» a des impacts nocifs sur les garçons et les hommes. Ils peuvent se retrouver perdus dans l'affirmation de qui ils sont avec une confiance en soi instable. bell hooks amène une belle réflexion par rapport à la confiance en soi des hommes. « L'intégrité est nécessaire à une saine estime de soi. La plupart des hommes ont peu d'estime de soi parce qu'ils sont constamment en train de mentir et de dissimuler (en prenant de fausses apparences) afin de se conformer au rôle masculin sexiste. » (hooks, b, 2022)

L'ouverture aux émotions est l'une des clés pour permettre aux hommes et à tout être humain de se sentir bien et ainsi diminuer les comportements violents.

Pour favoriser un changement positif, il faut favoriser un environnement où les garçons peuvent être eux-mêmes sans être exposés à des commentaires sexistes et de l'intimidation. Un fait intéressant par rapport aux commentaires dénigrants à l'égard des hommes est qu'ils font souvent référence à des attributs stéréotypiquement féminins. Ceci renvoie à l'image que le féminin est moins valorisé que le masculin et qu'être femme ou toute personne qui ne s'identifie pas en tant qu'homme, est une insulte.

Bref, valoriser les émotions qui révèlent une sensibilité chez les garçons est l'une des pistes de solution pour changer l'histoire de la violence. Dans la façon dont les hommes sont éduqués, il est possible de constater un manquement dans l'identification de leurs émotions. Ceci peut avoir des répercussions sur la difficulté à identifier ce qu'ils vivent. Cela peut générer beaucoup de colère, car ces personnes ne se sentent pas bien et sont incapables de nommer leur mal-être. Développer cette capacité d'identification des émotions dès l'enfance ou à l'adolescence sera bénéfique pour l'individu et pour les personnes de ses futures relations.

**SUGGESTION D'ACTION: Comment valoriser les émotions ?**

- Ne pas invalider l'émotion de quelqu'un.
- Intégrer des exercices d'identifications des émotions dans les classes et les ateliers.
- Partager ses propres émotions.
- Proposer des espaces sécuritaires pour que les jeunes puissent partager leurs questionnements, leurs enjeux et leurs émotions.
- Favoriser la prise de conscience de ce que l'on ressent. Exemple: décortiquer la colère. Quelles valeurs n'ont pas été respectées. Quelle émotion est apparue avant et après la colère ? Que voulait exprimer la colère ?
- Chaque émotion est valide et veut exprimer quelque chose.

Valoriser ses émotions évite leur refoulement. Tel que mentionné par Daisy Létourneur, «refouler ses émotions, ça n'est pas les maîtriser, c'est plutôt une recette pour ne pas se comprendre et ne pas contrôler ses propres réactions. Mais, si on a assimilé les émotions au féminin, c'est parce qu'on les oppose à la raison. En se prétendant au-dessus des émotions, les hommes se positionnent comme des êtres plus rationnels.» (Létourneur, D, 2022)

Nous vivons dans une société qui laisse entrevoir une drôle de corrélation entre « être fort » et avoir une absence d'émotion. Pourtant, cela est plus souvent le contraire. Être honnête avec soi et par rapport à ses émotions demande beaucoup plus de force que d'ignorer les sentiments. Les émotions sont une manifestation normale dans chaque corps humain et elles portent un message. Cela n'appartient à aucun sexe et genre. Déconstruire les stéréotypes qui associent

les émotions au féminin sera bénéfique pour tout individu et pourra contribuer à améliorer la vie de plusieurs personnes.

## 7e recommandation: Déconstruire les comportements acquis du patriarcat

Il est important de faire la différence entre le patriarcat et l'homme en tant qu'individu. Le patriarcat est un système qui affecte tous les membres d'une société. Chaque homme est unique et a la possibilité de ne pas adhérer à ce système.

Ce qui est intéressant de constater après plusieurs lectures, c'est que l'identité très forte à la masculinité standard/toxique est souvent reliée à un manque de bien-être et de confiance en soi. bell hooks, Daisy Létourneur, Liz Prank et d'autres auteurs/trices le mentionnent dans leurs recherches et dans leurs œuvres. Mettre en avant cette image de l'homme fort et virile camoufle une insécurité.

Le patriarcat à sa part de responsabilité dans la violence envers les femmes. Valoriser la force et le pouvoir tout en dénigrant toute qualité dite féminine chez l'homme à des effets pervers. Dans certains écrits, il est mentionné que le patriarcat perd du terrain. Cependant, quand on regarde sa définition, la société est toujours dominée par le patriarcat. Voici la définition du patriarcat selon le Larousse : « forme d'organisation sociale dans laquelle l'homme exerce le pouvoir dans le domaine politique, économique, religieux, ou détient le rôle dominant au sein de la famille, par rapport à la femme.<sup>15</sup> »

L'un des problèmes du patriarcat est qu'il ne valorise pas l'égalité et l'équité entre chaque individu. Le patriarcat ne valorise pas un monde sans violence. Pour bell hooks, il est possible d'irradier la violence envers les femmes, si l'on accepte collectivement de changer notre mode de société afin de s'éloigner d'un système patriarcal. Qu'elle serait la société de demain sans patriarcat ? Ceci est difficile à définir, mais proposer un changement est déjà un premier pas..

En tant que modèle pour les jeunes, il est intéressant de se questionner sur certains biais que l'on peut avoir et qui favorisent cette domination du patriarcat.

**SUGGESTION D'ACTION:** Se poser ses questions pour prendre conscience de ses biais

- Définissez-vous la masculinité par opposition à la féminité ?
- Est-ce que la virilité définit la masculinité ?
- Quel est votre discours par rapport à la surreprésentation des hommes dans la politique?
- Offrez-vous la même chance aux filles, aux garçons et aux personnes trans dans vos groupes et vos activités ?
- Si vous êtes un homme dans un couple hétéro, lorsque vous faites des tâches ménagères avez-vous l'attente que votre partenaire vous remercie ?
- Utilisez-vous la phrase mon mari/chum/copain garde les enfants ?
- Endossez-vous le stéréotype qu'un homme est plus fort qu'une femme ?

<sup>15</sup> Larousse. *Dictionnaire : Patriarcat n.m.*, [En ligne].  
<https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/patriarcat/58689> (consulté le 5 décembre 2023)

- Est-ce que pour vous l'homme se doit de protéger la femme ?

L'un des premiers pas est d'observer les stéréotypes et les discours sexistes que l'on propage. Maintenir les stéréotypes par rapport au sexe perpétue l'inégalité entre les sexes et les genres. Cela contribue aussi à propager l'image de l'homme fort et sans émotions, si néfaste pour la société.

Voici quelques recommandations pour tranquillement amener le changement dans le système.

- Il faut arrêter de banaliser des comportements sexistes, misogynes et violents. L'expression «un gars, c'est un gars», ne devrait pas être la justification à une action. Vivrek Shraya explique très bien cela dans *J'ai peur des hommes*, « Les commentaires sexistes, l'intimidation, l'humiliation, le non-respect des limites, le harcèlement, ces comportements sont perçus comme étant «typiques» des hommes. Mais «typiques» devient souvent l'équivalent d'«acceptables». «C'est normal, c'est un homme.» Si on veut déconstruire la masculinité, il faut la remettre en question et en déconstruire les bases, plutôt que de rêver aux exceptions. Aimer sa mère, ouvrir la porte à une femme, être à l'écoute, être féministe même, tout cela ne fait pas d'un homme un être exceptionnel.»
- Il faut inclure le féminin dans tout ce que l'on considère de masculin. « Dans l'histoire comme dans le contexte actuel, la masculinité en Occident repose sur l'infériorisation et la dégradation de la féminité. Une masculinité bienveillante devrait plutôt honorer et inclure la féminité, comme c'est le cas dans de nombreuses cultures non occidentales. » - Vivrek Shraya.
- Accepter tout être humain tel qu'ils, elles et iels sont. Offrir l'opportunité aux garçons d'être qui ils souhaitent. Leur offrir des espaces sécuritaires pour discuter des enjeux qu'ils vivent et de leurs émotions. bell hooks mentionne « La culture patriarcale ne permet pas aux hommes d'être simplement ce qu'ils sont, et de se prévaloir de leur identité unique. » Ce moule du patriarcat ne permet pas aux hommes de s'exprimer librement.
- Valoriser la diversité et les qualités attribuées à la féminité. Tout en déconstruisant le stéréotype de douceur et de fragilité associé à la féminité.
- Valoriser la masculinité dans toute son expression. Porter une attention à ne pas survaloriser des comportements «machos» et toxiques. Partager avec les jeunes des modèles inspirants d'homme qui couvrent une pluralité de la masculinité.
- Ouvrir la discussion avec les garçons sur leurs émotions et leur expression de genre.

Le patriarcat fait partie directement ou indirectement de notre quotidien. Plusieurs choses sont à changer. Par contre, il faut commencer quelque part. Prendre un moment pour se questionner et pour constater ce que nous propageons comme idées et stéréotypes est un pas vers le changement. C'est dans la persévérance et la constance que le changement va pouvoir

s'épanouir. Simplement choisir de modifier une toute petite chose dans son quotidien peut amener de grands changements.

« Avec le patriarcat, l'approche relationnelle du monde, dont le modèle psychologique est cette forme d'amour qu'on appelle *attachement*, est rendue impossible par la production et la reproduction de relations hiérarchiques.» (Brugère, F, 2020)

## Le début d'un changement

Ce document est un outil pour amener des prises de conscience face à votre quotidien pour entamer le changement vers un monde comportant moins de violence. Si nous souhaitons réduire la violence envers les femmes et les personnes trans, c'est de notre devoir d'observer nos comportements et de prendre place dans l'espace public pour dénoncer les injustices, la discrimination et le sexisme au quotidien. C'est un travail constant qui demande un désir de bâtir un monde meilleur.

Le projet SUL - *Sois une légende* est un projet de prévention axée sur l'éducation pour favoriser le développement de comportements essentiels aux relations respectueuses et sans violence. Ce projet marque un premier pas vers un changement positif, offrant ainsi les fondations nécessaires pour ériger un environnement sécuritaire et propice au bien-être.

Si vous souhaitez discuter avec nous ou nous partager vos commentaires et suggestions, vous pouvez nous contacter à [projets@ywcaquebec.qc.ca](mailto:projets@ywcaquebec.qc.ca). Nous serions ravis d'échanger avec vous sur ces sujets. Nous avons à cœur d'offrir un environnement sécuritaire et sans violence aux jeunes.

## Bibliographie

- Bergeron, Mickaël (2023). *Cocorico : Les gars. faut qu'on se parle*. Montréal : Somme toute, 223 p.
- Bien-être@l'école. (s. d.). Sexisme et violence (article en ligne)  
<https://www.bienetrealecole.ca/modules-de-formation/equite-et-education-inclusiv/e/comprendre-le-sexisme-le-racisme-et-lhomophobie/sexisme-et-violence>.  
(consulté le 29 novembre 2023)
- Brugère, Fabienne (2020/2). «*La persistance du patriarcat*». *Multitudes [Revue]*, no 79, p.193 à 198. *Cairn.info*.  
<https://www.cairn.info/revue-multitudes-2020-2-page-193.htm>. (consulté le 1er novembre 2023)
- Cannard, Christine (2019). *Le développement de l'adolescent : l'adolescent à la recherche de son identité*. France : De Boeck Supérieur, 468 p.
- Corbeille, R. (2017, juin). *Le sexisme du quotidien*. *Gazette des femmes*.  
<https://gazettedesfemmes.ca/13905/le-sexisme-du-quotidien/> (consulté le 25 octobre 2023)
- Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse Québec. (2024). *Le harcèlement*.  
<https://www.cdpdj.gc.ca/fr/vos-obligations/ce-qui-est-interdit/le-harcelement>  
(consulté le 4 janvier 2024).
- Côté, Isabelle (2023). *Cessez le feu ! : Comment désamorcer les violences du quotidien*. Montréal : Trécarré, 168 p.
- CRHA. (2023). *Intelligence relationnelle*.  
<https://guide.ordrecrha.org/fr/competences-tranversales/intelligence-relationnelle#:~:text=Aptitude%20%C3%A0%20entrer%20en%20relation,composer%20avec%20celles%20des%20autres> (consulté le 28 novembre 2023).
- Desroches, M. (2015, novembre). *L'analyse intersectionnelle et l'approfondissement de la compréhension des violences sexistes par Femmes et villes internationales*. *Erudit*. <https://www.erudit.org/fr/revues/rf/2015-v28-n2-rf02280/1034176ar/>  
(consulté le 2 novembre 2023)
- Dorais, Michel (2021). *Guide de bonnes conduites sexuelles à l'usage des gars*. Montréal : Trécarré, 192 p.
- Dorais, Michel (2023). *La masculinité antitoxique : Ce que tout homme bienveillant devrait savoir*. Montréal : Trécarré, 231 p.
- Dorais, Michel (2018). *Le métier d'aider : Nouvelle édition revue et augmentée*. Montréal : VLB, 256 p.

Femmes et égalité des genres Canada. (2023). *Collaboration intergouvernementale pour mettre fin à la violence fondée sur le sexe*.  
<https://femmes-egalite-genres.canada.ca/fr/violence-fondee-sexe/collaboration-intergouvernementale/plan-action-national-fin-violence-fondee-sexe.html> (consulté le 14 janvier 2024)

Femmes et égalité des genres Canada. (2021). *Prévention primaire de la violence faite aux femmes et aux filles : connaissances actuelles sur l'efficacité des programmes*.  
<https://femmes-egalite-genres.canada.ca/fr/violence-fondee-sexe/resume-de-recherche/resume-de-recherche-prevention-claire-crooks.html> (consulté le 15 janvier 2024)

Femmes et égalité des genres Canada. (2023). *Repérer la violence familiale dans les communautés musulmanes et y réagir : les répercussions potentielles sur l'identification et la réponse à la violence familiale par les avocats en droit de la famille*.  
<https://femmes-egalite-genres.canada.ca/fr/violence-fondee-sexe/resume-de-recherche/reperer-violence-familiale-communautes-musulmanes.html> (consulté le 15 janvier 2024)

Frank et Cécile. (2021). *Mieux dans ma tête : Comment gérer sa vulnérabilité en 10 minutes*, [En ligne].  
<https://www.self-attitude.fr/comment-gerer-sa-vulnerabilite-en-10-min.html#:~:text=La%20vuln%C3%A9rabilit%C3%A9%20est%20un%20%C3%A9tat.est%20une%20peur%20tr%C3%A8s%20r%C3%A9pandue> (consulté le 18 décembre 2023).

Gagnon, Steve (2015). *Je serais un territoire fier et tu y déposeras tes meubles*. Montréal : ATELIER 10,

Giguère, I. (1999). *LA violence dans les relations amoureuses des adolescentes et des adolescents : Une analyse prospective des facteurs de risque* [Mémoire : Université Laval]. Corpus.  
<https://corpus.ulaval.ca/server/api/core/bitstreams/7e55e4aa-25c3-42c1-8679-51bf69eb2e70/content>

Goleman, Daniel (2014). *L'intelligence émotionnelle : Analyser et contrôler ses sentiments et ses émotions, et ceux des autres*. Paris : J'ai lu, 768 p.

Gouvernement du Canada. (2022). *Guide de la fierté 2022 : Stratégies des jeunes pour lutter contre la violence liée au genre dans nos écoles*.  
<https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/vie-saine/guide-fierté-2022.html> (consulté le 15 janvier 2024)

hooks, bell (2022). *À propos d'amour*. Paris : Divergences. 241 p.

hooks, bell (2022). *La volonté de changer : Les hommes, la masculinité et l'amour*. Paris : Divergences. 240 p.

- Jewkes R, Flood M, Lang J. (2015) *From work with men and boys to changes of social norms and reduction of inequities in gender relations: a conceptual shift in prevention of violence against women and girls*. Lancet. doi: 10.1016/S0140-6736(14)61683-4.
- Létourneur, Daisy (2022). *On ne nait pas mec : Petit traité féministe sur les masculinités*. Paris : Zones, 219 p.
- L'heureux, P. Giroux-Gagné, J. (2020). *La santé mentale des hommes* [Webinaire]. ACSM Montréal. <https://www.youtube.com/watch?v=3bHespUjQbQ>
- Mancey, A. Chirino, V. Koyom, A. Bouissoukrave, N. Hamdan, F. Gadhia, R. (2020). *Mobiliser les hommes et les garçons* [Webinaire]. Projet de stratégies pour le secteur de l'établissement contre la violence fondée sur le genre. <https://fr.ngbv.ca/webinars>
- Office québécois de la langue française. (2017). *Grand dictionnaire terminologique*. <https://vitrinelinguistique.oqlf.gouv.qc.ca/fiche-gdt/fiche/8975953/sexisme> (consulté le 4 décembre 2023).
- Plank, Liz (2019). *For the love of men*. New York : First St. Martin's Griffin Edition, 325 p.
- Sutton, D., Cotter, A. (2023). *Décisions rendues par les tribunaux dans les affaires d'homicide de femmes et de filles lié au genre au Canada, 2009-2010 à 2020-2021* (publication no. 85-002-X). Statistique Canada. <https://www150.statcan.gc.ca/n1/fr/pub/85-002-x/2023001/article/00007-fra.pdf?t=g7Z45nov> (consulté le 12 décembre 2023)
- W. Crenshaw, Kimberlé (2023). *Intersectionnalité*. Lausanne : Payot, 224 p.