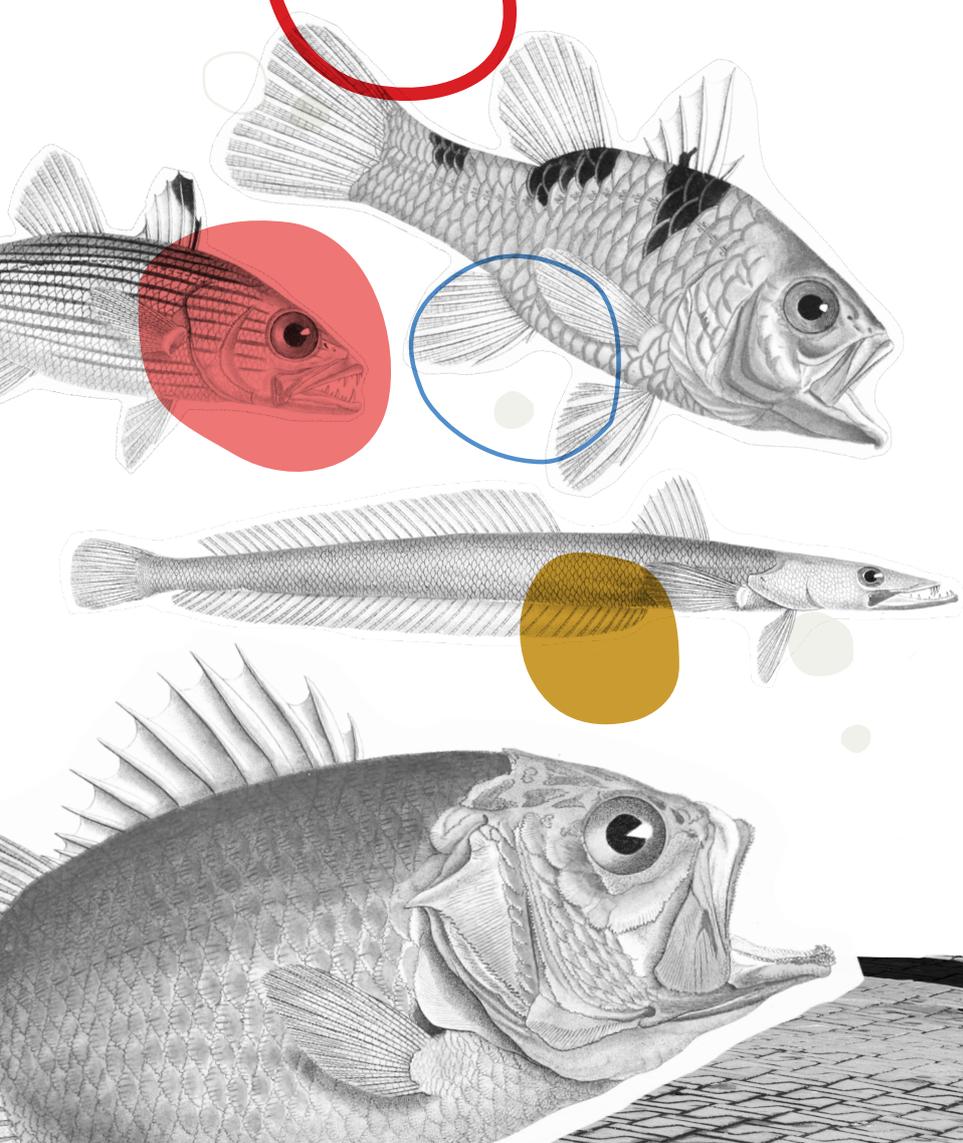


# HAR- CÈLE- MENT

UNE RÉALITÉ IMMERSIVE





**Rédaction :**

Fédération des Centres Pluralistes de Planning familial,  
dans le cadre d'un partenariat avec Infor Femmes Liège

**Relecture :**

Laurence Kahn

**Graphisme :**

Bruno Kattus

**Editrice responsable :**

Fédération des Centres Pluralistes de Planning familial,  
Av. Emile de Béco 109, 1050 Ixelles

Mentions légales : ISBN 978-2-930762-05-0

Année de publication : 2020

Avec le soutien de la Fédération Wallonie-Bruxelles et d'EVRAS en jeunesse

# GENÈSE DU PROJET

En 2019, l'équipe du planning familial Infor-Femmes Liège et la Fédération des Centres Pluralistes de Planning Familial ont choisi de travailler sur une réalité qui concerne directement un très grand nombre d'entre nous : le harcèlement sexiste dans l'espace public.

Il était important pour nous de visibiliser l'ensemble des personnes touchées par ce phénomène en développant l'idée qu'il est avant tout un rapport de pouvoir basé sur les stéréotypes et les normes de genre. Le harcèlement sexiste touche les femmes mais aussi toutes les personnes qui ne se conforment pas aux rôles de genre qui leur sont attribués tant au niveau de leur orientation sexuelle que de leur expression de genre.

Nous avons abordé cette thématique via la production de vidéos en réalité virtuelle : il nous semblait pertinent d'utiliser cette technologie pour sensibiliser les utilisateur•rice•s en les plongeant dans une expérience immersive. Ces vidéos se déroulent dans l'espace public (la rue, les transports en commun et les milieux festifs) et placent pour quelques minutes les spectateur•rice•s dans la peau d'une personne victime de harcèlement.

Pour préparer et accompagner cette expérience, nous vous proposons ici un petit guide à destination des animateur•rice•s en EVRAS. Nous y développons une réflexion sur ce qui rend possible le harcèlement et sur les façons de le faire cesser. Nous y proposons également deux pistes d'animation. Des affiches complètent ce kit et peuvent servir de support pour l'animation.

Ainsi, cet outil pédagogique peut être utilisé de différentes manières (vidéos seules, affiches seules, vidéos accompagnées des affiches), et nous vous recommandons de lire le guide au préalable.

Ce projet est l'aboutissement d'une réflexion globale nourrie par la pratique de Centres de Planning Familial, nos partenaires et le recueil de témoignages. Nous avons notamment travaillé avec :

- L'École Polytechnique de Seraing, qui nous a aidées à penser et rédiger les canevas des scénarios.
- La Bicoque (Maison de jeunes) et Le Moderne (théâtre liégeois) dans lesquels nous avons recruté différent•e•s acteur•rice•s.
- Et enfin, deux professionnels qui ont assuré toute la partie réalisation du projet : Simon Drahonnet, scénariste et directeur d'acteur•rice•s et Aurélien Merceron, directeur technique.

Cet outil a été développé avec le soutien du subsidé Evras en Jeunesse.

# POSTURE ET OBJECTIFS

Parler de harcèlement sexiste est un enjeu de taille pour notre société. Bien que ces comportements soient punissables, notamment par une loi parue en 2014, le harcèlement sexiste reste largement impuni et toléré. Le fait que ces gestes et ces comportements se manifestent fréquemment, parfois tous les jours et « partout », semble normal et acceptable.

Notre posture est féministe : nous considérons le harcèlement sexiste comme hautement nuisible à la vie, à la liberté et à la santé des personnes qui le subissent. Nous avons pris le parti de montrer que le harcèlement est le résultat d'une société profondément patriarcale et qu'il ne découle pas seulement de comportements individuels. L'un de nos objectifs est de donner des clés de compréhension de ce phénomène social et de montrer que chaque personne peut agir individuellement à son échelle pour contribuer à une société plus égalitaire et plus respectueuse.

Cet outil se veut un support visant le partage de témoignages et de stratégies pour identifier, lutter et contribuer activement à la contestation de toutes les formes de harcèlement sexiste.

## OBJECTIFS

- Apporter des connaissances précises sur ce qu'est le harcèlement sexiste dans l'espace public.
- Faire prendre conscience que le harcèlement est un phénomène social.
- Attirer l'attention sur le fait que, si les femmes sont les premières victimes du harcèlement sexiste, c'est aussi le cas des personnes LGBTQIA+<sup>1</sup>.
- Susciter de l'empathie envers l'ensemble des victimes de harcèlement.
- Sensibiliser au rôle actif des témoins.
- Sensibiliser à la charge mentale que représente au quotidien la défense contre le harcèlement pour les personnes qui en sont victimes.
- Proposer aux hommes d'être acteurs du changement.

Deux supports d'animation : trois vidéos en réalité virtuelle et six affiches à télécharger via le lien <http://www.inforfemmesliege.be/videos-harcelement/>

# SOMMAIRE

## Un guide sur le harcèlement découpé en 6 parties

<i>Le harcèlement dans l'espace public, c'est quoi?</i> .....	6
<i>Les impacts du harcèlement</i> .....	9
<i>Le rôle des témoins</i> .....	11
<i>Dans un monde idéal, nous n'entendrions plus ...</i> .....	14
<i>Et les hommes dans tout ça?</i> .....	17
<i>Des pistes pour enrayer le harcèlement</i> .....	19
<i>Deux pistes d'animation</i> .....	20

<sup>1</sup> Apparu dans les années 90 aux États-Unis, le terme LGBT est le sigle pour lesbiennes, gays, bisexuel·le·s, trans. Ces dernières années de nouvelles extensions de l'acronyme ont vu le jour afin d'inclure d'autres vécus tels que les personnes queer, intersexuées et asexuelles, ce qui a donné naissance à l'acronyme suivant : LGBTQIA. Le « + » permet de refléter sa dimension inclusive et multiple.

HÉ, PSSSSST, MADEMOISELLE !  
T'ES TROP CHARMANTE !



HEY LES LESBIENNES !  
VOUS BAISEZ ?



SALUT PRINCESSE !  
TU POURRAIS DIRE BONJOUR, SALOPE !



T'ES GROSSE ET MOCHE,  
TU FAIS PAS BANDER.



C'EST QUOI  
CE PARAPLUIE  
DE PÉDÉ ?



EH ! J'AI ÉTÉ GENTIL !  
UN SOURIRE ÇA T'ARRACHERAIT LA GUEULE ?



C'EST QUOI CE ROUGE  
À LÈVRES DE PUTE ?



TOI T'ES TELLEMENT BELLE  
QUE J'AI ENVIE DE TE VIOLER !



EH QUOI FATIMA,  
TU VEUX PAS DISCUTER AVEC MOI  
OU T'AS PAS LE DROIT ?



T'AS QUOI SOUS TA JUPE ?



JOLI PETIT CUL !



T'ES MIGNONNE,  
T'AS QUEL ÂGE ?



TU VAS OÙ ? TU M'EMMÈNES,  
ON PREND UN VERRE ?



TOI, TU DOIS ÊTRE  
UNE SAUVAGE AU LIT !



TU M'AS PAS RÉPONDU,  
TU T'APPELLES COMMENT ?



SALE GOUINE !  
ON VA TE FAIRE LA PEAU.



# LE HARCÈLEMENT DANS L'ESPACE PUBLIC, C'EST QUOI?

C'est le fait de s'adresser ou de s'imposer à une personne en insistant, alors que la personne n'a rien demandé et/ou a exprimé un refus de communiquer. Cela peut se manifester de différentes façons, par :

- 👉 des mots (interpellations, insultes, insinuations sexuelles, etc.),
- 👉 des bruits (sifflements, tchips, bruits de bouche, etc.),
- 👉 des comportements (se rapprocher, bousculer, barrer le passage, se coller, etc.),
- 👉 des attitudes (dévisager, suivre, faire des gestes à connotation sexuelle, etc.).

Le harcèlement dans l'espace public ne se limite pas à la rue : il peut aussi avoir lieu dans des bars, dans des festivals, dans des espaces professionnels ou amicaux, mais aussi sur internet via les réseaux sociaux ou par messages (on parle alors de cyberharcèlement<sup>2</sup>).

## LE HARCÈLEMENT SEXISTE : UNE VIOLENCE SYSTÉMIQUE

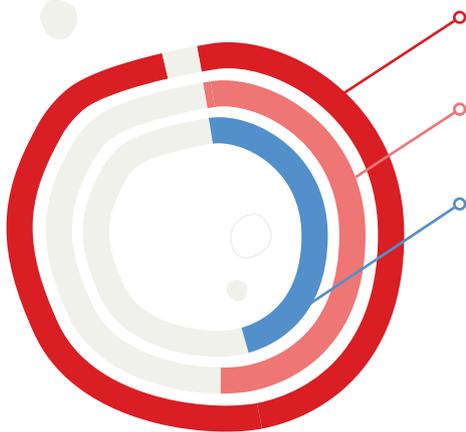
Le harcèlement sexiste est un phénomène social qui n'est ni nouveau, ni isolé. Il trouve ses racines dans notre culture patriarcale, fondée sur des relations de pouvoir historiquement inégales entre les hommes et les femmes. Ses différentes formes sont des manifestations concrètes du sexisme et son ampleur en fait un phénomène massif. Il renforce la domination d'un groupe, les hommes, sur d'autres personnes sur base de leur sexe, leur genre ou leur orientation sexuelle. En cela, le harcèlement peut être qualifié - au même titre que l'ensemble des violences sexuelles - de violence systémique : il est le fruit d'un système social inégalitaire.

## CE N'EST PAS DE LA DRAGUE, NI UN COMPLIMENT !

Dans la drague, les deux personnes sont d'accord, explicitement ou tacitement pour avoir une conversation, des échanges de regards ou de gestes. Un rapport de séduction se construit à deux. Au contraire, le harcèlement est imposé par une personne à une autre, créant ainsi un climat hostile et des situations intimidantes, dégradantes et/ou humiliantes. Il n'y a ni réciprocité ni complicité dans une situation de harcèlement.

<sup>2</sup> À ce sujet voir la campagne des FPS "Le harcèlement sexiste virtuel, c'est réel !" <https://www.planningsfps.be/campagne-2020-le-harcèlement-sexiste-virtuel-cest-reel/>

## LA MAJORITÉ DES VICTIMES SONT DES FEMMES

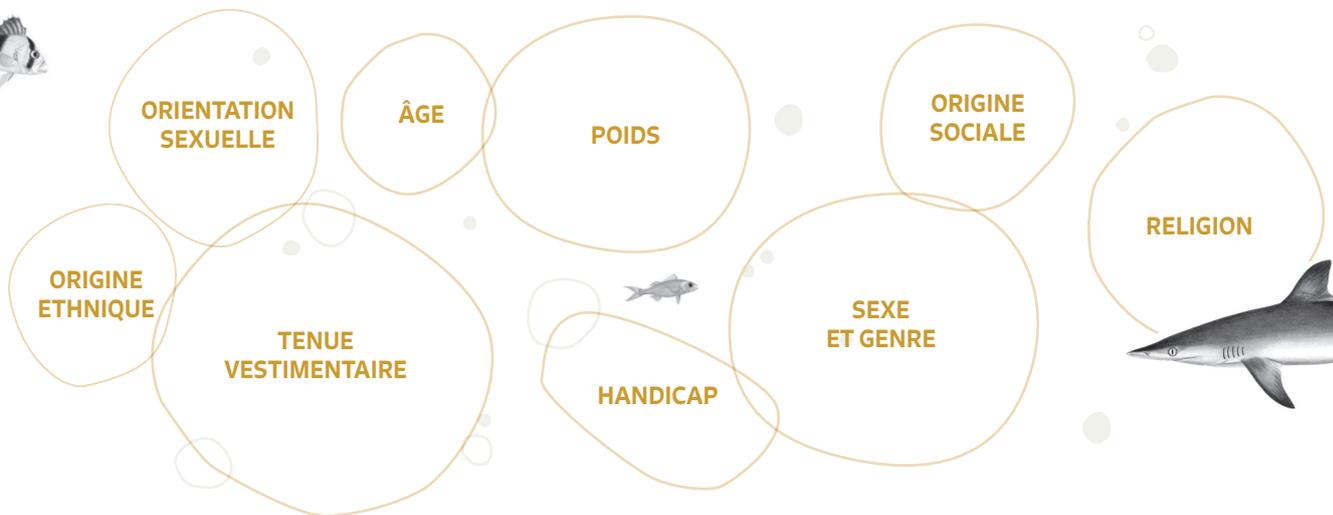


98% des femmes ont déclaré avoir déjà été victimes de harcèlement sexiste dans l'espace public au moins une fois dans leur vie<sup>3</sup>.

Précisons que la moitié d'entre elles ont subi une situation de harcèlement sexiste pour la première fois **avant leurs 15 ans**.

Et **48 %** déclarent le subir de manière récurrente : ce ne sont pas des situations anecdotiques.

Le harcèlement sexiste ne vise pas exclusivement les femmes : **il affecte également toutes les personnes qui ne se conforment pas aux rôles de genre qui leur sont attribués**. Le harcèlement homophobe et/ou transphobe est donc également sexiste. D'autres facteurs s'ajoutent à celui du genre et donnent lieu à des manières spécifiques de harceler.



## LA MAJORITÉ DES HARCELEURS SONT DES HOMMES



Peu de recherches permettent d'établir des chiffres sur le genre des personnes qui harcèlent dans l'espace public. Cependant, sur la base des témoignages des victimes, nous pouvons dire que **la majorité des situations de harcèlement sont commises par des hommes**.

Contrairement à ce qui est souvent relayé par les médias (presse, films, etc.), il n'y a pas un seul type de harceleur, mais bien des harceleurs de tous âges, origines et milieux sociaux... Ils peuvent être connus ou non des victimes. Dans la très grande majorité des situations, le harceleur est tout à fait conscient des actes qu'il commet et ignore volontairement le non-consentement des personnes en face de lui.

## LA LOI BELGE PUNIT LE HARCÈLEMENT SEXISTE

C'est une *infraction*. Depuis août 2014, le sexisme dans l'espace public est passible d'amendes allant de 50 à 1000 euros et de peines de prison allant de un mois à un an. Malgré l'ampleur du phénomène, très peu de plaintes sont déposées car il est difficile d'établir des preuves.

<sup>3</sup> "Le sexisme dans l'espace public : c'est partout, tout le temps et sous toutes les formes"  
<http://engrenageinfernal.be/wp-content/uploads/2016/10/Etude-Sexisme-web.pdf>

JE NE VAIS PAS PASSER  
PAR CETTE RUE TOUTE  
SEULE, JE PRÉFÈRE  
FAIRE LE TOUR,  
MÊME SI ÇA ME  
RAJOUTE 10MN  
DE MARCHÉ.

J'HÉSITE À METTRE CE PANTALON,  
JE SUIS SÛR QU'IL Y EN A UN QUI VA  
ME TRAITER DE TAPETTE.

CE MEC ME FIXE  
DEPUIS 10 MINUTES,  
JE N'OSE PAS LEVER  
LES YEUX DE  
MON GSM.

SI QUELQU'UN NOUS DIT  
UN TRUC PARCE QU'ON SE  
TIENT LA MAIN, ON PART EN  
COURANT ET ON CHERCHE  
PAS À COMPRENDRE.

OK.

IL ME SUIVIT DEPUIS  
LA SORTIE DU MÉTRO,  
JE VAIS ENLEVER MES  
ÉCOUTEURS, POUR  
L'ENTENDRE ARRIVER  
SI JAMAIS...

MINCE, J'AI RATÉ LE DERNIER MÉTRO!  
JE VAIS PRENDRE UN TAXI,  
PAS ENVIE DE PRENDRE LE RISQUE  
DE ME FAIRE EMMERDER  
EN RENTRANT À PIED CETTE NUIT.

HEUREUSEMENT QUE  
J'AI MA LACRYMO !



# LES IMPACTS DU HARCÈLEMENT

La libre circulation dans l'espace public est un droit fondamental. Le harcèlement peut engendrer un sentiment d'insécurité dans l'espace public pour une grande partie de la population. Ce sentiment d'insécurité peut avoir des impacts sur la santé mentale et physique des personnes exposées au harcèlement et qui en ont peur. Certaines adoptent des postures physiques (tête baissée, épaules rentrées, tensions musculaires, etc.) et une vigilance permanente qui peuvent parasiter leur vie, leurs déplacements, leurs relations professionnelles, amicales, amoureuses, etc.

## PLUSIEURS MÉCANISMES DE DÉFENSE : LE COMBAT, LA FUITE, LA SOUMISSION, LA PARALYSIE

Plusieurs réactions sont possibles quand on se sent menacé·e·s : le combat, la fuite, la soumission, la paralysie<sup>4</sup>. À l'origine, ces mécanismes de défense ont une fonction de survie. Dans des situations, comme le harcèlement, où notre intégrité et notre dignité sont en jeu, nous réagissons avec les mêmes mécanismes. Qu'elle soit victime ou témoin, chaque personne répondra d'une manière qui lui est propre en fonction de son histoire et du contexte de la situation. Il n'y a pas de bons ou de mauvais mécanismes de défense. Quand une personne est harcelé·e·s, tout comme dans une situation d'agression, son système de défense réagit automatiquement.

## PARADES

Le sentiment d'insécurité dans l'espace public conduit les personnes qui ont déjà été harcelées, ainsi que toutes les personnes qui se savent vulnérables face au harcèlement, à mettre en place des stratégies d'évitement ou de défense au quotidien. Par exemple :

- 🔒 mettre de la musique dans leurs écouteurs pour éviter toute forme d'agression verbale ;
- 🔒 faire semblant de téléphoner ;
- 🔒 marcher vite ;
- 🔒 avoir de quoi se défendre dans leur sac ;

🔒 serrer fort leurs clés pour pouvoir frapper avec elles si nécessaire ;

🔒 adapter leurs trajets et heures de déplacement, adapter leur tenue même si cela n'a pas vraiment d'impact, leur posture (soit très affirmée, soit au contraire faire en sorte de passer inaperçues...), le comportement à adopter en cas de harcèlement (répondre, fuir, ignorer...), etc.

Cette charge mentale est invisible et pourtant bien présente.

## DES STRATÉGIES QUI COÛTENT CHER

Tout cela a un coût en énergie physique et mentale mais aussi financièrement et socialement: renoncer à aller à certains endroits à certaines heures, choisir de partir plus tôt pour rentrer accompagné·e·s, acheter du matériel pour pouvoir se défendre si besoin, payer des cours d'auto-défense, prendre un taxi plutôt que les transports en commun (et cela même si l'on sait qu'il y a aussi des risques de harcèlement dans les taxis), etc. Ces précautions limitent considérablement l'autonomie des personnes concernées (liberté de circuler, choix de vie, bien-être...). Elles répondent au fait que les personnes harcelées se sentent vulnérables et exclues de l'espace public.

## PARLER, VISIBILISER, TRANSFORMER

En parler entre femmes et/ou avec des hommes permet de partager des stratégies efficaces et des émotions éprouvées. Cela peut également susciter des envies de changements et d'actions pour faire en sorte que le harcèlement ne soit plus toléré, tant à un niveau individuel que collectif. De plus, en parler permet de rendre visible cette réalité aux yeux des personnes qui ne la subissent pas et qui pourraient devenir des alliées...

<sup>4</sup> En anglais, on parle des 4F de la réponse de stress : *fight, flight, freeze, fawn* (combattre, fuir, figer, se soumettre). La réponse de soumission est la moins connue. La traduction de « *fawn* » est littéralement : flatter servilement. On peut la comprendre dans le sens de donner à l'autre ce qu'il attend de nous dans le but d'éviter l'escalade de la violence. Par exemple, dans le harcèlement, sourire à l'autre, bien que le comportement ait dépassé nos limites, est une forme de soumission et d'écrasement face à la prise de pouvoir de l'autre sur soi.



EXCUSEZ-MOI, MAIS LE MONSIEUR  
LÀ-BAS HARCÈLE CES DEUX  
JEUNES FILLES, VOUS POUVEZ  
M'AIDER À INTERVENIR?

ARRÊTE!  
TU VOIS BIEN QUE  
TU LA SAOULES!

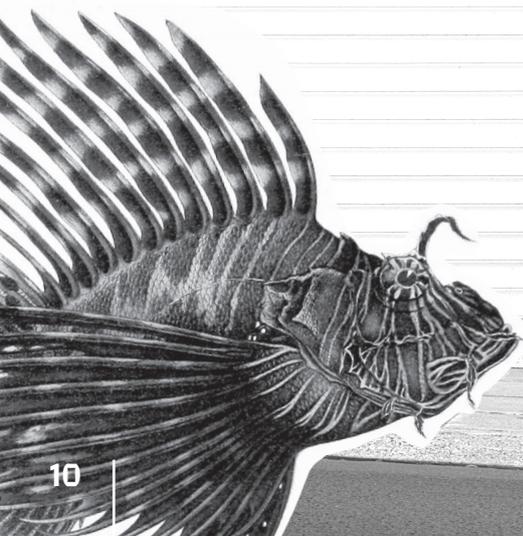
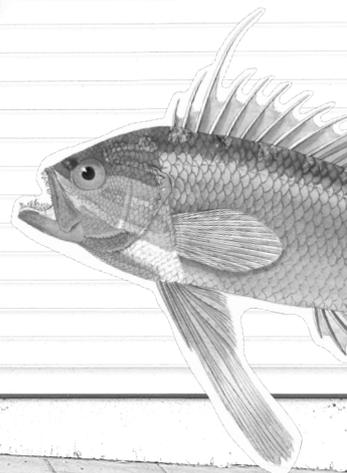
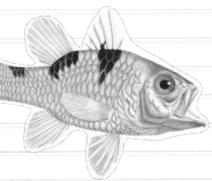
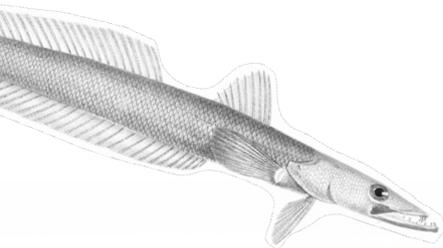
ÇA SUFFIT, ON PARLE PAS  
COMME ÇA ! VOUS VOUS  
CALMEZ OU J'APPELLE  
LA POLICE.

ALLÔ ? J'AI APPRIS QU'ON  
T'AVAIT SUIVIE DANS LA RUE  
HIER. MOI AUSSI ÇA M'EST  
ARRIVÉ. TU VEUX QU'ON  
EN PARLE ?

DITES, VOUS TROUVEZ ... ?  
ÇA NORMAL QUE CE  
MONSIEUR PARLE COMME  
ÇA À CETTE PERSONNE ?

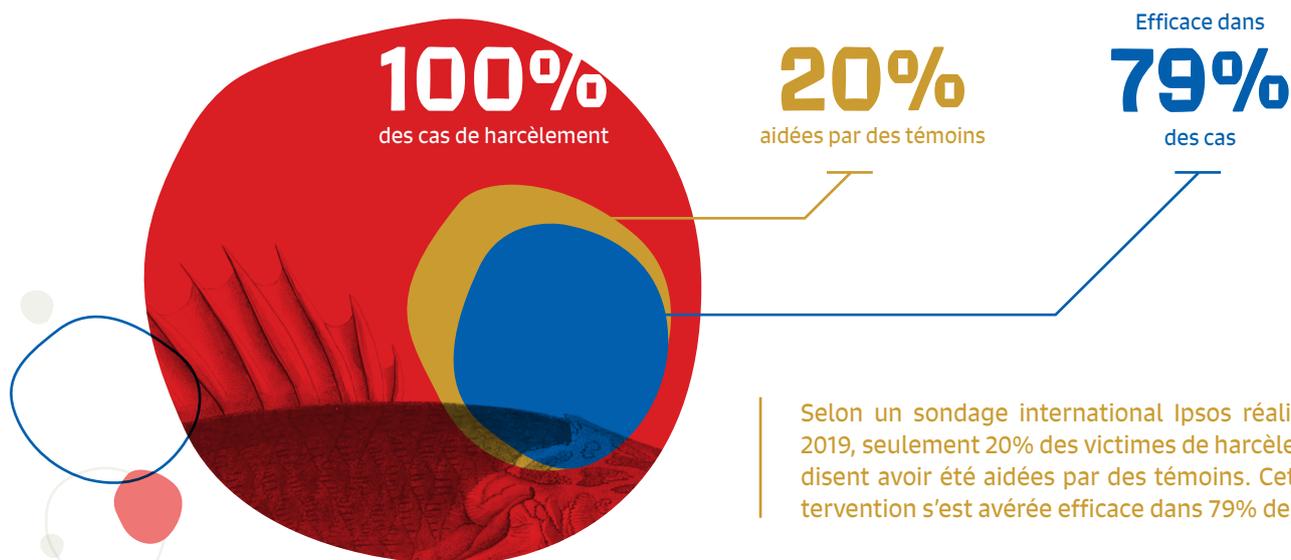
LAISSE-LA TRANQUILLE.

AH, MARION !  
ÇA FAIT 20 MN  
QUE JE TE CHERCHE !  
(j'ai compris, je me suis  
permis d'intervenir,  
venez on s'éloigne)



# LE RÔLE DES TÉMOINS

Ce n'est pas seulement en intervenant auprès des victimes pour les renforcer (en leur apprenant des stratégies d'auto-défense par exemple) ou auprès des harceleurs pour les punir ou les raisonner que l'on fera cesser le harcèlement. Dans l'espace public, les témoins jouent un rôle fondamentale en cas de harcèlement sexiste. La gravité du harcèlement est trop souvent minimisée car banalisée. Or, en agissant, les témoins peuvent contribuer à mettre les victimes en sécurité, briser leur isolement et faire cesser ces situations. Ils et elles montrent ainsi que le harcèlement n'est plus acceptable dans notre société. Il est de la responsabilité de chacun et chacune d'y mettre fin.



Nous vous proposons ici quelques pistes de réflexion. Vous pouvez d'abord les utiliser seul·e et/ou en équipe, puis les suggérer et les discuter avec le groupe que vous animez.

## INTERVENIR PENDANT...

Si vous êtes témoin d'une situation de harcèlement sexiste vous pouvez aider la victime grâce à quelques actions :

- 🔗 **faire diversion** en faisant semblant de connaître la victime, en lui demandant l'heure, etc. ;
- 🔗 **vous adresser directement au harceleur** afin qu'il arrête et s'en aille ;
- 🔗 **mobiliser d'autres témoins** pour intervenir ensemble ;
- 🔗 **vous interposer physiquement** (ou simplement en étant présent·e...) ;
- 🔗 **enregistrer de manière sonore et/ou vidéo** la scène afin de pouvoir fournir des preuves, si nécessaire, ultérieurement ;
- 🔗 **appeler des secours** (vigile, contrôleur·euse de train, police, serveur/euse dans un bar, service de sécurité dans un festival, etc.).

Souvent, quand un·e témoin agit, cela incite les autres à se mobiliser. Le plus difficile, c'est de faire le premier pas !

L'urgence, lorsqu'on intervient, c'est de penser à sa propre sécurité et à celle de la victime, ce n'est pas d'éduquer le harceleur !



STOP !

Intervenir ce n'est pas toujours facile, on a parfois peur de se mettre en danger. Mais ne pas intervenir quand on en a la possibilité, c'est tolérer le harcèlement, le banaliser et le légitimer !

## APRÈS...

Si vous êtes directement témoin d'une situation de harcèlement sexiste ou si on vous en raconte une, vous pouvez par exemple :

- 👂 **écouter la victime** si elle a besoin de parler, la croire et ne pas la juger ;
- 👂 **reconnaître le courage** que cela demande de parler ;
- 👂 **la déculpabiliser** en lui signifiant que rien ne justifie une agression ;
- 👂 **partager**, à deux ou en groupe, mixte ou non-mixte, des moments pour écouter les différents vécus et trouver des solutions ou des stratégies d'entraide et de changement ;
- 👂 rappeler que le harcèlement est **puni par la loi** ;
- 👂 informer qu'il est possible de **déposer une plainte** ;
- 👂 **proposer votre témoignage** à la police si la personne choisit de porter plainte ;
- 👂 **en parler sur les réseaux sociaux** pour rendre visibles et dénoncer ces situations - si vous avez en votre possession des enregistrements (sonore et/ou vidéo), ne les diffusez pas sur les réseaux sociaux sans l'accord explicite de la victime car cela pourrait lui faire revivre la scène et réveiller en elle un souvenir traumatisant ;
- 👂 orienter la personne victime de harcèlement vers des services compétents à même de **l'accompagner et de la soutenir**.

Attention, il peut aussi y avoir des harceleurs parmi les figures d'autorité (secours, vigile, etc.) !

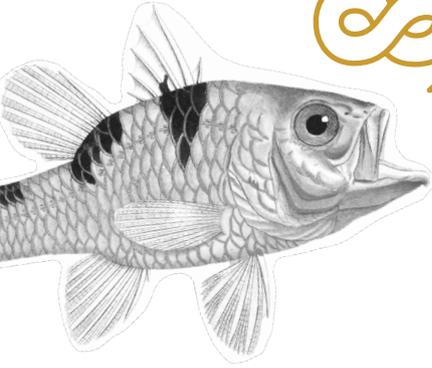
## ET AUSSI EN AMONT !

Dès le plus jeune âge, les enfants peuvent être informé·e·s sur ce qu'est le harcèlement sexiste dans l'espace public et sur les différents moyens d'agir lorsqu'on en est témoin. Prendre conscience très tôt des conséquences engendrées par le harcèlement au niveau individuel et collectif, et apprendre différentes manières d'agir lorsqu'on repère une situation de harcèlement, peut favoriser plus tard l'intervention des témoins pour venir en aide à une victime, stopper un ami harceleur ou encore dénoncer ce phénomène.

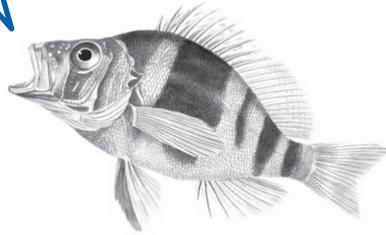
JE COMPRENDS PAS POURQUOI ELLES SE PLAIGNENT,  
MOI J'AIMERAIS BIEN QU'ON ME FASSE DES COMPLIMENTS DANS LA RUE !



LES HOMMES NE PENSENT QU'À ÇA,  
TOUT LE MONDE LE SAIT,  
FAUT FAIRE AVEC.



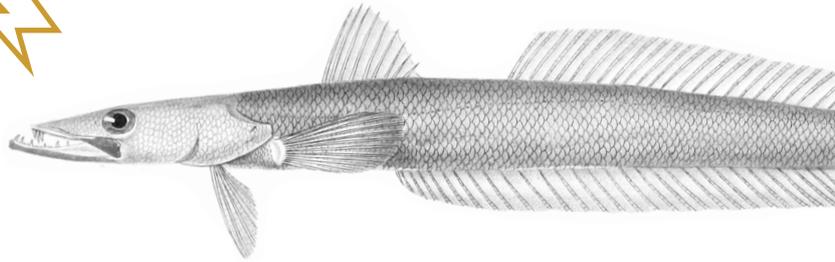
T'EXAGÈRES,  
C'ÉTAIT QU'UN MOT,  
IL T'A PAS TAPÉ-E.



LA RUE, LA NUIT,  
C'EST DANGEREUX  
POUR LES FILLES.



ON NE PEUT PLUS RIEN DIRE !



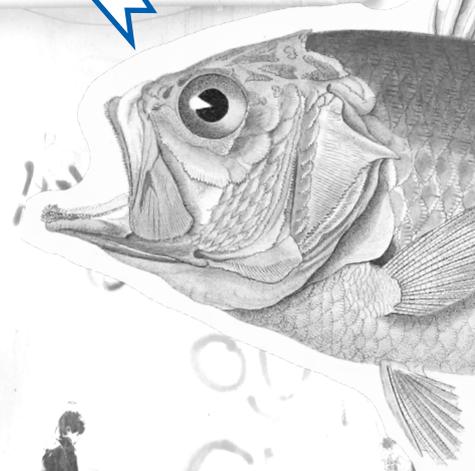
TOI? TU T'ES DÉJÀ FAIT  
HARCELER ? JE PENSAIS  
QUE ÇA ARRIVAIT  
QU'AUX MEUFS.



TU VAS QUAND MÊME PAS SORTIR  
HABILLÉ-E COMME ÇA.



ÇA VA ! C'ÉTAIT POUR RIRE !  
T'AS VRAIMENT PAS D'HUMOUR...



# DANS UN MONDE IDÉAL, NOUS N'ENTENDRIONS PLUS...

Notre société est fondée sur un ensemble de clichés qui forment le sexisme ordinaire. C'est parce que ce sexisme ordinaire existe que le harcèlement sexiste est possible. Il en constitue la base. Les stéréotypes de genre<sup>5</sup> sont présents partout (famille, école, médias, réseaux sociaux, clubs de sport, organismes de jeunesse, etc.). Ils contribuent à pérenniser des fausses croyances, à modeler notre rapport à l'autre et notre place dans l'espace public.

Voici quelques mythes tenaces que nous vous invitons à déconstruire en équipe puis avec vos groupes d'animation.

## LA RUE EST PLUS RISQUÉE POUR LES FILLES QUE POUR LES GARÇONS

Dès l'enfance, les enfants sont conditionné·e·s dans des rôles sociaux stéréotypés qui auront un impact sur leurs choix et leurs comportements tout au long de leur vie. Les filles intègrent rapidement l'idée selon laquelle les différents espaces publics, surtout la nuit, ne sont pas faits pour elles car potentiellement dangereux. A contrario, rares sont les garçons qui percevront la rue comme dangereuse ou risquée.

## LE HARCÈLEMENT, ÇA NE CONCERNE QUE LES JOLIES FILLES

Non, ça concerne toutes les femmes quel que soit leur âge, mais aussi les personnes qui « ne rentrent pas dans la norme », c'est-à-dire les personnes homosexuelles, transgenres, trop grosses, trop maigres, pas assez blanches, sans papiers, etc. Voici le témoignage de Roxane Gay issu de son livre *Hunger*, où elle parle notamment du regard des hommes porté sur le corps des femmes, quel qu'il soit, dans l'espace public : « *Quand je passe dans la rue, les hommes se penchent à la portière de leur voiture et me lancent des obscénités sur mon corps, sur la façon dont ils le voient, ils me lancent à quel point ça les gêne que je ne corresponde pas à leur esthétique, à leur goût et à leur désir. J'essaie de ne pas les prendre au sérieux parce que ce qu'ils disent vraiment, c'est : "Tu ne m'attires pas. Je ne veux pas te baiser, et cela perturbe ma compréhension de la masculinité, de mes droits et de ma place dans le monde."* Ce n'est pas mon boulot de faire en sorte que mon corps leur plaise. »

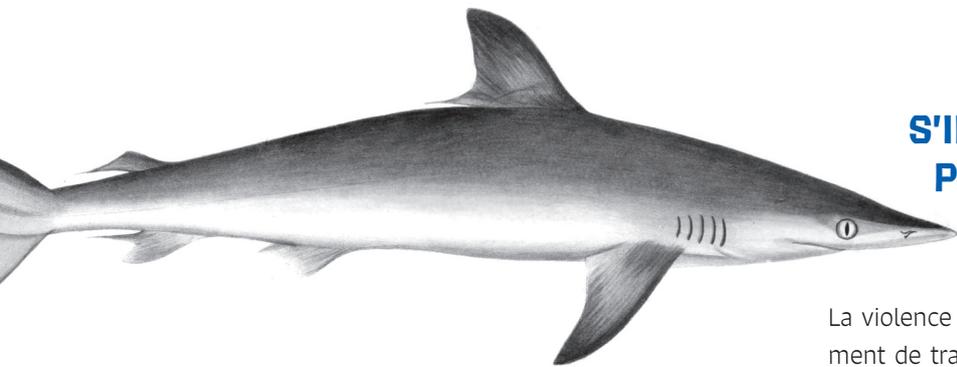
## LES FILLES QUI SORTENT TARD ET/OU QUI S'HABILLENT COURT CHERCHENT LES ENNUIS

Dans une situation de harcèlement, le responsable c'est le harceleur. Jamais la victime. Pourtant, le cliché selon lequel les filles « prennent des risques » en sortant dans la rue et/ou en s'habillant de telle ou telle façon est tenace ! C'est ce qu'on appelle le *victim blaming*.

## LES HOMMES ONT PLUS DE BESOINS SEXUELS

Un des stéréotypes les plus courants est de croire que les hommes auraient davantage de désir, voire de besoins sexuels que les femmes. Il ne s'agit pas d'une réalité biologique mais d'une construction sociale et cela n'autorise certainement pas un groupe d'individus à exprimer leurs "envies" au détriment de l'intégrité psychique et physique d'autres personnes. Le droit d'importuner n'existe pas, le droit de circuler librement, si !

<sup>5</sup> Un stéréotype de genre est une vision généralisatrice qui associe à toutes les personnes d'un même sexe certaines compétences, attitudes, qualités et comportements de manière exclusive. Par exemple, « les filles sont douces et gentilles » est un stéréotype de genre. Ces stéréotypes sont tellement ancrés dans notre société qu'ils sont assimilés, souvent de manière inconsciente, parce qu'on a grandi avec eux et qu'on y est confronté·e·s de façon continue.



## S'IL N'Y A PAS D'AGRESSION PHYSIQUE, CE N'EST PAS DE LA VIOLENCE

La violence revêt différentes formes et ne laisse pas forcément de traces apparentes. L'ensemble des violences est à envisager comme un continuum<sup>6</sup> trouvant ses origines dans un contexte sociétal patriarcal. L'idée de continuum n'est pas de hiérarchiser les violences en fonction de leur gravité mais bien de mettre en lumière que la nature des violences sexistes vient du même endroit et qu'elles sont toutes reliées. Empêcher certaines personnes, sur la base de leur genre, de circuler tranquillement dans l'espace public crée un climat oppressant : c'est une forme de violence.



## ELLES NE DEVRAIENT PAS SE PLAINDRE, ON LEUR FAIT DES COMPLIMENTS

Les commentaires donnés par des inconnus sur le physique des femmes dans l'espace public, qu'ils soient positifs ou négatifs, ne sont pas des compliments. Ils réduisent les femmes à leur corps aux dépens de tous les autres aspects qui constituent leur identité. Les femmes existent en dehors du regard des hommes et de leur appréciation. Ce comportement manifeste le fait que certains hommes se sentent autorisés à commenter et à donner leur avis à haute voix, en toute impunité. Ces propos ne relèvent pas du compliment mais d'une prise de pouvoir sur l'autre.



## ON NE PEUT PLUS RIEN DIRE !

Oui, c'est vrai, on ne peut pas tout dire. Les commentaires humiliants, insultants, menaçants sont évidemment inacceptables. Mais pas que : même poli, un commentaire non sollicité sur une personne est une intrusion à son égard et peut être mal vécu. Si la personne ne souhaite pas communiquer, qu'elle le manifeste verbalement ou non-verbalement (par des gestes, une posture...), ou que simplement elle n'entre pas en relation, c'est non ! Il existe de nombreuses façons de dire "non" comme regarder son téléphone avec insistance, mettre des écouteurs, tourner la tête, s'éloigner, ignorer... Sans oui explicite, c'est non ! Lorsque deux personnes souhaitent entrer en relation, les deux personnes le manifestent verbalement (se dire bonjour) et/ou non-verbalement (contact visuel, ralentir, se tourner vers l'autre, etc.).



## C'ÉTAIT POUR RIRE

Les blagues et l'humour, quand ils sont partagés, créent une dynamique positive : le rire ! Rire ensemble, c'est quelque chose d'agréable. Ça permet de détendre une situation, de partager une connivence... À l'inverse, rire de quelqu'un, se moquer, tenir des propos blessants, discriminants, stigmatisants ou humiliants vis-à-vis d'une autre personne, ce n'est pas de l'humour : c'est de la moquerie et/ou du mépris et cela peut être vécu de manière plus ou moins violente. L'humour ne peut en aucun cas justifier une incitation à la haine, une insulte ou une atteinte à la dignité d'une personne en raison de son genre, de son orientation sexuelle, de sa couleur de peau ou de son apparence.

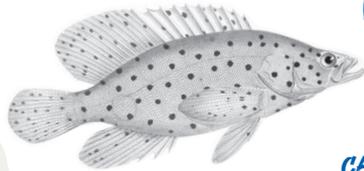
<sup>6</sup> Informations supplémentaires p.19



C'EST COOL DE SAVOIR  
QUE JE PEUX AVOIR  
UN IMPACT AUPRÈS  
D'AUTRES HOMMES.



ET SI ÇA ARRIVAIT À MON  
MEILLEUR AMI ET SON MEC?



ÇA CONCERNE BEAUCOUP DES MES  
AMI-E-S, J'AI ENVIE DE CHANGER LES  
CHOSSES POUR ELLES ET EUX.

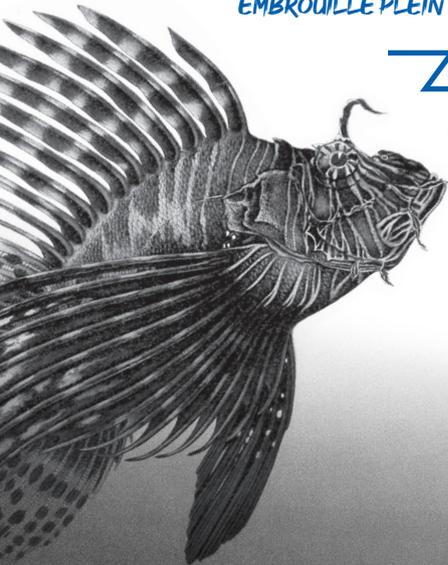
D'OFFICE, J'ARRÊTE MES POTES QUI FONT  
DES BLAGUES SEXISTES !



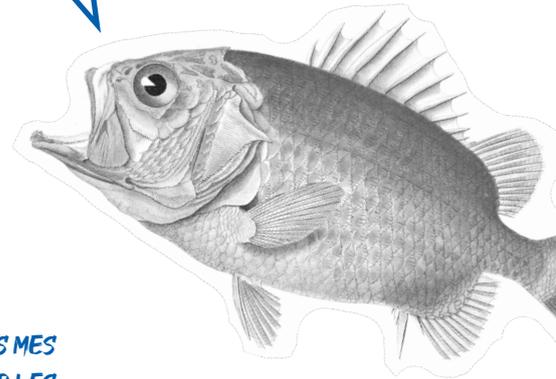
MOI, HOMOPHOBE ?



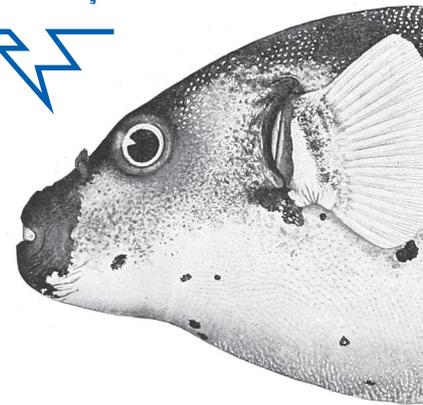
MOI AUSSI JE PRENDS DES RISQUES  
EN SORTANT, JE ME SUIS DÉJÀ  
EMBROUILLÉ PLEIN DE FOIS !



ELLES POURRAIENT DIRE MERCI  
QUAND MÊME QUAND ON LES AIDE !



TOUS LES HOMMES NE SONT  
PAS COMME ÇA !



J'AI ENVIE D'AGIR MAIS  
JE NE SAIS PAS TROP QUOI FAIRE.



# ET LES HOMMES DANS TOUT ÇA ?

*Enrayer le harcèlement et, par extension, les violences sexistes qui en sont le prolongement, nécessite que les hommes se sentent concernés et puissent aller vers d'autres formes de masculinités.*

Lorsque l'on parle de harcèlement dans l'espace public, les messages de prévention sont la plupart du temps adressés aux femmes. Les hommes ont pourtant un rôle essentiel à jouer car ce sont eux qui détiennent aujourd'hui les positions sociales de pouvoir dans l'espace public, et ailleurs. Bien que les personnes qui harcèlent soient dans une écrasante majorité des hommes, certaines femmes perpétuent également ces violences systémiques, en minimisant leurs conséquences, en participant à des blagues sexistes, etc. C'est pourquoi, bien qu'adressées principalement aux hommes, les suggestions suivantes peuvent nous inspirer tous et toutes.

Il peut être intéressant d'aborder le pouvoir d'action des hommes au sein de l'équipe d'animation, surtout si elle est mixte, et de réfléchir à la manière d'aborder cela spécifiquement avec les garçons lors des animations.

## BRISER LA CULTURE DU SILENCE

La plupart des violences sexistes sont perpétrées par des hommes. Malheureusement, les hommes qui n'approuvent pas ces comportements s'expriment rarement. Pourtant, leur implication est indispensable pour initier le changement : des études ont démontré que les hommes sont souvent plus à l'écoute des messages concernant la lutte contre les discriminations sexistes lorsque ceux-ci sont émis par des hommes.

## COURAGE ET INTROSPECTION

Il n'est pas facile et/ou agréable de se remettre en question. Cela demande du courage de se questionner sur ses habitudes, ses propos et ses comportements

et sur la manière dont ceux-ci perpétuent du sexisme et/ou de l'homophobie. Quand une personne est accusée d'avoir eu un comportement sexiste et/ou homophobe, elle a souvent tendance à se justifier. Or, réfléchir à son attitude et reconnaître la violence que celle-ci peut entraîner est indispensable pour que de nouveaux modèles de relations puissent émerger.

## « MAIS TOUS LES HOMMES NE SONT PAS COMME ÇA ! »

Tous les hommes ne sont pas des harceleurs, loin de là. Pour autant, les risques de se faire harceler dans l'espace public lorsqu'on est une femme ou une personne LGBTQIA+ sont basés sur des statistiques bien réelles. Aujourd'hui, lorsque la parole se libère par rapport aux violences sexistes, certains hommes se sentent offusqués, se victimisent et/ou ne se sentent pas concernés. Au contraire, il est possible de privilégier l'écoute et de passer à l'action pour lutter contre le harcèlement.

## TOUJOURS AGIR POUR LA BONNE RAISON

Agir face à une situation de harcèlement permet de participer activement à la fin des violences. Il est important de se rendre compte que, même après l'intervention d'un·e témoin, une personne ayant vécu un ou plusieurs harcèlement(s) sexiste(s) peut être en train de vivre des émotions fortes, intenses et/ou désagréables : ce n'est donc pas le moment de solliciter des remerciements ou de réclamer une reconnaissance. Devenir un·e allié·e, c'est avant tout avoir comme objectif de mettre un terme au climat sexiste présent dans l'espace public.

C'EST PAS DE MA RESPONSABILITÉ SI Y  
A DES MECS QUI SAVENT PAS SE TENIR.

C'EST UN PEU DE SA FAUTE.

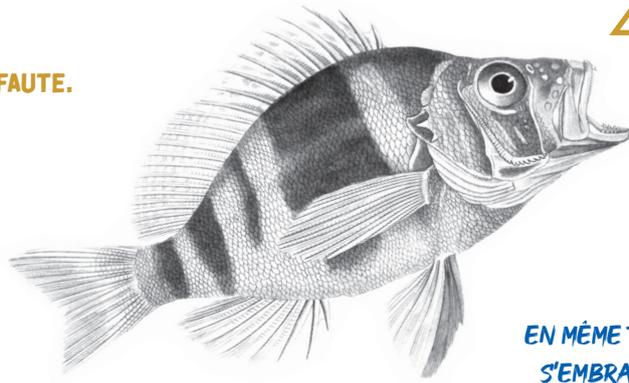


ELLE AURAIT DÛ...

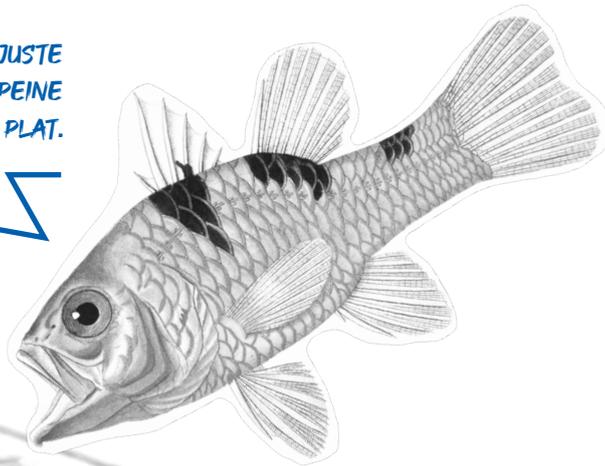
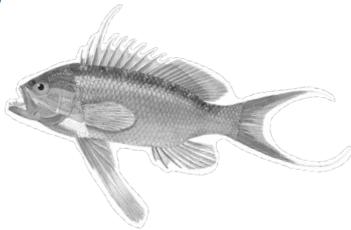
ELLE N'AVAIT QU'À PAS...



OH ÇA VA, C'ÉTAIT JUSTE  
UNE BLAGUE, PAS LA PEINE  
D'EN FAIRE TOUT UN PLAT.



EN MÊME TEMPS, DEUX MEUFS QUI  
S'EMBRASSENT DEVANT TOUT LE  
MONDE C'EST DE LA PROVOC!



C'EST PAS TRÈS GRAVE,  
POURQUOI TU T'ÉNERVES ?

FAUT DIRE, TU L'AS  
UN PEU CHERCHÉ...



# DES PISTES POUR ENRAYER LE HARCÈLEMENT

Comprendre les mécanismes sous-jacents au harcèlement sexiste et ce qu'il entraîne comme conséquences permet de se positionner et d'agir en connaissance de cause.

## PRENDRE POSITION FACE AUX PROPOS SEXISTES

Les propos et les blagues sexistes renforcent les stéréotypes de genre et normalisent le harcèlement ainsi que l'ensemble des violences sexuelles. Il n'y a pas de petites violences et les propos discriminants ne doivent pas être pris à la rigolade. Au contraire, ils participent pleinement au continuum des violences. Il ne s'agit pas d'incidents isolés. Ces comportements renforcent et excusent de manière systématique d'autres formes de violence : harcèlement (harcèlement de rue, injure, chantage, menace, *revenge porn*, envoi non consenti de photo à caractère sexuel, etc.), agression sexuelle (attouchements, baisers non consenti, etc.), crime (viol, violence physique, meurtre, etc.).

Aujourd'hui, marquer son désaccord en relevant les propos sexistes et en les interrompant est dévalorisé alors que c'est un premier pas nécessaire pour créer un monde où les violences sexistes, dont le harcèlement, sont prises au sérieux.

Meurtres, viols, violences sexuelles, harcèlement sexiste, cyberharcèlement, revenge porn, dick pics, violences physiques, violences psychologiques, humiliations, insultes, contrôle, menaces...

Langage ou "humour" sexiste, publicité et médias sexistes, rôles rigides des hommes et des femmes, hypersexualisation, banalisation des violences, machisme ordinaire, stéréotypes de genre, impunité...

Iceberg des violences sexistes

## RESPONSABILISER LES AGRESSEURS ET DÉCULPABILISER LES VICTIMES

Le *victim blaming* est un phénomène très courant qui consiste à faire peser la responsabilité de l'agression sur la personne agressée (« Tu dois être plus assertif·ve », « Tu te soucies trop de ton apparence », « Pourquoi tu n'es pas parti·e ? », « Tu avais bu, non ? », « N'as tu rien fait qui aurait pu être mal interprété »; etc.). Il n'y a jamais de raison valable de franchir les limites d'une personne et de réduire son espace de liberté : le responsable, c'est toujours le harceleur, jamais la victime !

## VALORISER L'ÉCOUTE ET NE PAS METTRE EN DOUTE LA PAROLE DES VICTIMES

Il arrive encore souvent que, lorsqu'une personne s'exprime suite à une violence sexiste, la véracité de ses propos soit questionnée et que sa parole ne soit pas entendue ou soit détournée. Ce phénomène s'appelle la *gaslighting* ou détournement cognitif. Il consiste à invalider le ressenti exprimé suite à une violence, ce qui entraîne de la confusion, du doute et maintient les victimes dans un espace de vulnérabilité. Croire et valider les réactions et les émotions de la personne qui a vécu une violence sexiste est indispensable pour que ne s'ajoute pas une nouvelle violence à la première.

# PISTES D'ANIMATION

Vous trouverez ci-dessous deux supports et deux pistes pour aborder le harcèlement sexiste en animation. Chaque animation propose de partir de l'expérience des participant•e•s afin de permettre une réflexion constructive individuelle et collective. Vous pouvez mener vos animations en utilisant les vidéos en réalité virtuelle, les affiches, ou en combinant les deux supports.

Pour compléter les connaissances et les expériences des participant•e•s, n'hésitez pas à apporter des informations additionnelles et à synthétiser les questions soulevées lors des échanges. Les animations cherchent à faire surgir des stratégies individuelles et collectives face aux situations de harcèlement sexiste dans l'espace public en vue de faire évoluer la société à cet égard.

*Affiches et vidéos à télécharger sur le lien suivant <http://www.inforfemmesliege.be/videos-harcelement/>*

## COLLE TA BULLE

**Matériel :** affiche(s) de votre choix imprimée(s), post-it, marqueurs.

**Temps :** de 20 minutes à 2h.

- > Prenez une ou plusieurs des affiches avec les bulles et accrochez-la/les au mur. Ce travail peut se faire en grand groupe ou en petits groupes.
- > Questionnez votre groupe : quelle est la thématique de l'affiche ? Qu'est-ce que les mots écrits vous évoquent ?
- > À l'aide de post-it, chaque participant•e peut rajouter sur l'affiche d'autres phrases qu'il•elle a entendues et qui font écho aux bulles.
- > Dans un deuxième temps, proposez à la place et/ou en complément de recouvrir les bulles et les post-it par des post-it d'une autre couleur, sur lesquels les participant•e•s écrivent et/ou dessinent ce qu'il•elle•s auraient aimé entendre à la place. Il peut s'agir de post-it vides qui symbolisent le silence, ou des souvenirs d'interactions qui ne relèvent pas du harcèlement. L'idée est ici de susciter la créativité du groupe.
- > Une fois cette étape réalisée, prévoyez un temps d'échange sur ce qui est affiché et orientez la discussion vers des stratégies à mettre en place au quotidien pour enrayer le harcèlement.

## ET TOI DANS TOUT ÇA ?

**Matériel :** vidéo(s) en réalité virtuelle.

**Temps :** de 20 minutes à 2 heures.

Après l'immersion proposée aux participant•e•s, grâce à la technologie de la réalité virtuelle, nous vous proposons de les interroger sur la thématique du harcèlement grâce à ce débriefing à 4 niveaux qui peut être réalisé seul•e et/ou en groupe.

Ces 4 interrogations permettent de questionner les pensées, les émotions, les comportements et de réfléchir à des pistes d'actions pour lutter contre ce phénomène encore trop répandu.

### 1 > L'émotionnel : questionner les émotions.

- 🔗 Qu'avez-vous ressenti avant, pendant et après cette expérience ?
- 🔗 Suite à cette immersion, quelles sont les émotions ressenties ? Comment les gérez-vous ?

### 2 > Le cognitif : questionner les pensées.

- 🔗 Que pensez-vous de ces vidéos et à quoi servent-elles ?
- 🔗 Ces vidéos font-elles écho à des situations que vous avez déjà pu observer ?

### 3 > Le comportemental : Questionner les comportements.

- 🔗 Avez-vous déjà eu l'occasion d'observer, dans la vie quotidienne, des situations de harcèlement ?
- 🔗 Face à ces situations, comment avez-vous réagi ? Quelles postures avez-vous adoptées ?

### 4 > L'action : questionner les pistes d'actions.

- 🔗 Qu'allez-vous retenir de cette expérience ?
- 🔗 Que pouvez-vous mettre concrètement en place dans la lutte contre le harcèlement ?



*Infor-Femmes* est un service de prévention, d'accueil et d'accompagnement pour toutes les questions liées à la vie relationnelle, affective et sexuelle, ouvert à toutes et tous sans distinction d'âge. Chacun·e peut y parler librement, avec la certitude d'être entendu·e et aidé·e dans la plus stricte confidentialité et dans le respect de ses convictions, de son choix, de son orientation sexuelle et identité de genre.

Rue des Franchimontois 4b, 4000 Liège

04 222 39 65

[www.inforfemmesliege.be](http://www.inforfemmesliege.be)



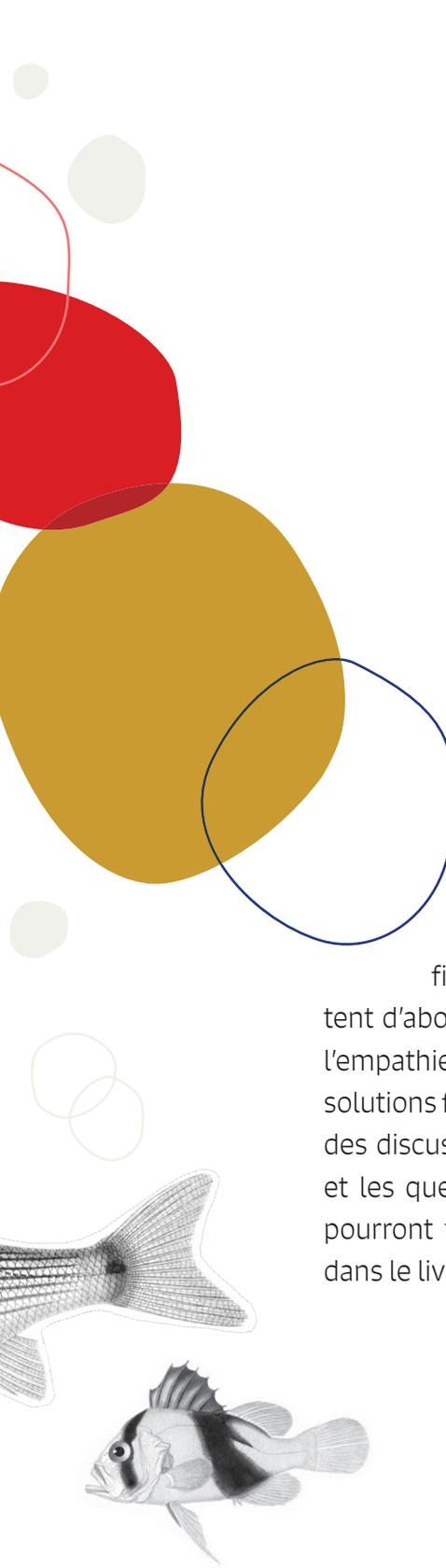
*La Fédération des Centres Pluralistes de Planning Familial*

est un organisme qui assure deux missions principales : la représentation de vingt-cinq centres de planning familial et la production d'outils pédagogiques à destination des professionnel·le·s du secteur sur les thématiques EVRAS. Elle est reconnue comme association d'éducation permanente.

Avenue Émile de Béco 109, 1050 Ixelles

02 514 61 03

[www.fcppf.be](http://www.fcppf.be)



**Harcèlement : une réalité immersive** propose de créer un espace d'information, de réflexion et de débat autour de la thématique du harcèlement sexiste dans l'espace public. Cet outil pédagogique propose deux pistes d'animation, à partir de vidéos en réalité virtuelle et d'affiches à co-construire. Ces dispositifs d'animation permettent d'aborder le harcèlement sous l'angle de la compréhension, de l'empathie et de l'expression dans le but de trouver ensemble des solutions face à ces situations dans la vie de tous les jours. Le contenu des discussions est ainsi apporté par les paroles, les connaissances et les questionnements des participant•e•s. Les professionnel•le•s pourront trouver des informations pour alimenter ces discussions dans le livret pédagogique.

