

Soutenir une collègue aux prises avec la violence conjugale

Il peut être difficile d'aborder une personne que l'on sait ou que l'on soupçonne d'être aux prises avec la violence conjugale. Ce document présente de l'information sur la violence conjugale en milieu de travail et sur comment soutenir une collègue.

Identifier la violence conjugale au travail



La violence conjugale peut être psychologique, verbale, économique, spirituelle, sexuelle et physique. Elle se traduit par de l'intimidation, des humiliations, des dénigrement, des menaces, du chantage, des insultes, des coups, des agressions sexuelles, des privations, du contrôle des fréquentations, de la surveillance, etc. Le conjoint violent se sert de ses liens avec la femme pour la placer dans une situation d'infériorité, d'insécurité, d'impuissance et de dépendance, qui limite sa capacité de mettre fin à la relation. La violence conjugale peut être présente dans tous les types de relation amoureuse ou intime : couples de tous les âges, de toutes les cultures, de toutes les catégories socioprofessionnelles, mariés ou non, habitant ensemble ou non, etc.

En tant que collègue, vous pourriez remarquer des signes avertisseurs de violence conjugale.

- Par exemple, son conjoint ou ex-conjoint :
 - lui téléphone souvent ou lui envoie beaucoup de messages texte et de courriels
 - la suit au travail
 - se présente sur le lieu de travail
 - communique avec ses collègues ou son employeur
 - a un comportement jaloux et contrôlant

Elle :

- arrive en retard ou s'absente souvent du travail
- est nerveuse, stressée, anxieuse
- n'a pas accès à son argent
- a des blessures apparentes ou essaie de masquer ses blessures
- semble triste, seule, repliée sur elle-même
- a des difficultés à se concentrer et son rendement diminue

Plusieurs facteurs font que la violence risque de s'aggraver et que la vie de la femme pourrait être menacée.

Exemples de facteurs aggravants :

Elle est enceinte

Elle s'est séparée de son conjoint ou elle a l'intention de le quitter

Elle fréquente une autre personne

Son conjoint ou ex-conjoint a menacé de la blesser ou de la tuer

Son conjoint ou ex-conjoint a accès à des armes à feu

Identifier la violence conjugale dans une situation de télétravail présente des défis supplémentaires dus au manque de contacts directs réguliers et de partage d'espaces. Il faut cependant rester attentif au bien-être et à la sécurité de ses collègues.

Quel que soit le signe que vous avez noté, n'ignorez pas la possibilité que ce soit de la violence conjugale.

Agir de façon proactive

Vous pouvez vous assurer que votre milieu de travail soit sécuritaire pour les femmes aux prises avec la violence. Vous pouvez :

- Vérifier que votre milieu de travail a une politique ou des procédures qui comprennent la violence conjugale et qu'elles sont mises à jour de façon régulière
- Offrir régulièrement une formation sur la violence conjugale au personnel
- Discuter avec votre employeur :
 - de l'importance d'ouvrir un dialogue ouvert au sujet de la violence conjugale dans le milieu de travail
 - de la façon d'encourager le personnel à dévoiler des situations de violence ou à faire part de ses soupçons qu'une collègue en est victime
 - de la façon de mettre en place des mesures pour assurer la sécurité des femmes aux prises avec la violence conjugale, notamment lorsqu'elles sont en télétravail

Avoir un emploi est important pour une femme aux prises avec la violence conjugale. Un emploi lui donne une autonomie financière, brise l'isolement et peut aider à développer son estime de soi.

Vous pouvez intervenir de plusieurs façons auprès d'une collègue que vous soupçonnez de vivre de la violence conjugale.

Voici quelques suggestions :

- Vérifier le niveau de risque de la situation et s'il y a une urgence, composer le 911
- Parler à votre collègue
 - Expliquer ce que vous avez constaté et exprimer vos inquiétudes
 - La soutenir si elle parle de la situation de violence
 - L'orienter vers les ressources locales
 - Respecter sa volonté et ses choix. Ne pas lui dire quoi faire
- Si elle nie la violence, lui dire que vous serez là si elle veut parler et garder le contact avec elle
- Sans faire de commérages, expliquer à un ou une autre collègue ou à votre employeur ce que vous avez constaté et exprimer votre inquiétude
- Appeler la ligne [Fem'aide](#) ou contacter la [maison d'hébergement locale](#) pour avoir de l'information et des suggestions d'aide



En tant que collègue, le meilleur moyen d'aider une personne aux prises avec la violence conjugale est de maintenir le lien de confiance, d'exprimer ses préoccupations et de ne pas ignorer la situation. Parlez-lui, faites-lui savoir que vous la croyez et encouragez-la à obtenir de l'aide.



Plus d'outils pour les employeurs, les collègues et les employées aux prises avec la violence conjugale sont disponibles au : www.VoirLaViolence.ca