

RECHERCHE D'AIDE

- -Envisagez d'appeler le 911 si vous vous sentez en danger immédiat.
- -Prenez contact avec un défenseur des victimes. Les défenseurs des victimes sont des professionnels qualifiés qui peuvent vous aider à élaborer un plan de sécurité et vous mettre en contact avec des ressources juridiques, de logement et autres. Ils travaillent généralement dans des refuges pour victimes de violences domestiques ou dans des agences d'aide aux victimes de viols et peuvent aider les victimes de harcèlement (même si le harcèlement ne comporte pas ces éléments).
- - Réfléchissez aux personnes à qui vous pouvez demander de l'aide et/ou donner des instructions si le harceleur les contacte - famille, amis, voisins, collègues, agents de sécurité, police, etc.

LES RESSOURCES POUR LES VICTIMES :

Victim Connect (pour trouver des ressources locales)
VictimConnect.org (chat et informations en ligne) 1-855-484-2846 (appel ou SMS)

Ligne d'assistance nationale en cas d'agression sexuelle
RAINN.org (chat en ligne et informations) 1-800-656-4673 (appel)

Ligne d'assistance nationale contre la violence domestique
TheHotline.org (chat en ligne et informations)
1-800-799-7233 (appel) ou envoyer le message "START" à 38788

Centre national de ressources sur la traite des êtres humains
HumanTraffickingHotline.org (chat en ligne et informations) 1-888-373-7888 (appel) ou SMS 233-733

Exemple de registre de documentation sur le site
StalkingAwareness.org.



Ce manuel fournit des informations et des ressources sur le harcèlement. Pour en savoir plus, consultez le site [StalkingAwareness.org](https://www.stalkingawareness.org).

L'HARCÈLEMENT

UN PETIT MANUEL POUR LES VICTIMES



**1 FEMME SUR 3 ET 1 HOMME SUR 6
SONT VICTIMES DE HARCÈLEMENT
AU COURS DE LEUR VIE.**

Ce projet a été soutenu par la subvention N° 15JOVW-22-GK-03986-MUMU accordée par l'Office on Violence Against Women, U.S. Department of Justice. Les opinions, les résultats, les conclusions et les recommandations exprimés dans cette publication sont ceux des auteurs et ne reflètent pas nécessairement les points de vue du ministère de la Justice, Office on Violence Against Women (Office sur la violence contre les femmes).

QU'EST-CE QUE LE HARCÈLEMENT ?

Il s'agit d'un mode de comportement visant une personne spécifique et qui provoquerait chez une personne raisonnable un sentiment de peur et/ou de détresse émotionnelle.

LE HARCÈLEMENT EST UN ACTE CRIMINEL, TRAUMATISANT ET DANGEREUX.



LA PLUPART DES VICTIMES SONT HARCELÉES PAR UNE PERSONNE QU'ELLES CONNAISSENT.



LE HARCÈLEMENT EST COURANT.



Près d'une femme sur trois et d'un homme sur six sont victimes de harcèlement au cours de leur vie.

LE HARCÈLEMENT S'INTENSIFIE SOUVENT AVEC LE TEMPS.



LES HARCELEURS UTILISENT DIVERSES TACTIQUES

surveiller, contacter, saboter et effrayer leurs victimes de toute autre manière



COMPRENDRE LE HARCÈLEMENT



Les harceleurs adoptent souvent des comportements qui semblent insignifiants ou flatteurs pour les personnes non concernées, mais qui sont terrifiants dans le contexte de la situation. Les victimes doivent souvent expliquer aux autres pourquoi quelque chose les effraie, les bouleverse ou les inquiète.

Le harcèlement consiste souvent à suivre, à surveiller et à attendre une personne. La plupart des harceleurs utilisent de multiples tactiques pour surveiller, contacter, saboter, menacer, isoler et terroriser leurs victimes, et nombre d'entre eux le font à la fois en personne et par le biais de la technologie. Le harcèlement facilité par la technologie peut être tout aussi invasif, menaçant et effrayant que le harcèlement en personne.



Les amis, la famille, la télévision et les films interprètent souvent les comportements de harcèlement comme étant flatteurs, mignons, romantiques ou simplement maladroits. Cette normalisation peut contribuer à masquer le comportement abusif des harceleurs. Dans la réalité, le harcèlement n'a rien de désirable.

FAITS MARQUANTS



- La grande majorité des victimes sont harcelées par une personne qu'elles connaissent, le plus souvent un partenaire romantique (actuel ou ancien), un ami, un voisin, un collègue de travail ou un camarade de classe.
- Les harceleurs peuvent être dangereux. Le harcèlement est souvent lié à la violence sexuelle, à la violence physique et à d'autres formes de victimisation.

- En règle générale, plus le harceleur a accès à la victime et dispose d'informations à son sujet, plus il peut être dangereux et menaçant, et plus il est susceptible de l'être.



- La traque peut faire partie d'une relation abusive. Les agresseurs qui harcèlent sont généralement plus dangereux que ceux qui ne harcèlent pas.
- Le harcèlement peut durer longtemps et évolue souvent avec le temps, ce qui nécessite une évaluation continue des risques et une planification de la sécurité.
- De nombreux harceleurs combinent des actes criminels (dommages à la propriété, intrusion) avec des comportements légaux (envoi de cadeaux ou de textos). D'autres actes légaux peuvent devenir criminels dans le cadre d'une affaire de harcèlement.

LES COMPORTEMENTS DE HARCÈLEMENT

Les harceleurs adoptent un large éventail de comportements menaçants et inquiétants pour surveiller, contrôler ou effrayer leurs victimes et/ou pour porter atteinte à la crédibilité ou à la réputation de ces dernières.

À première vue, les comportements de harcèlement peuvent ne pas sembler inquiétants ou effrayants pour les personnes qui ne connaissent pas le contexte de la situation ou les antécédents du harceleur et de la victime.

Comme la majorité des harceleurs connaissent leurs victimes, ils demandent souvent à leur famille, à leurs amis, à leurs collègues et à d'autres personnes de les aider à obtenir des informations ou à accéder à la victime. Certains de ces tiers savent qu'ils aident un harceleur, tandis que d'autres peuvent se faire piéger.

Le harcèlement peut prendre des formes et des implications spécifiques lorsque les agresseurs identifient des caractéristiques ou des vulnérabilités qu'ils peuvent exploiter dans le cadre de l'agression, notamment la race, l'origine ethnique, la religion, l'identité de genre, l'orientation sexuelle, l'incapacité et le statut d'immigré.



LES TYPES DE TACTIQUES DE HARCÈLEMENT

Tous les incidents d'un comportement effrayant peuvent être des actes de harcèlement. Les comportements courants de harcèlement peuvent être classés en quatre groupes :

SURVEILLANCE



Suivre, surveiller, attendre, se présenter sans invitation, suivre ou surveiller l'emplacement, surveiller les activités et les habitudes, pirater des comptes, demander des informations à d'autres personnes.

INVASION DE LA VIE

Prendre contact de manière répétée (appels, messages, notes, cadeaux, se présenter), envahir la propriété (s'introduire dans la maison ou la voiture), répandre des rumeurs, humilier la victime en public ou en ligne, harceler la victime/les amis/la famille, partager ou publier des informations privées.



INTIMIDATION



Menacer implicitement ou explicitement, endommager des biens, forcer les confrontations/les bagarres, menacer de se faire du mal ou de faire du mal, menacer de faire du mal à la victime ou à d'autres personnes.

INTERFÉRENCE

(PAR SABOTAGE OU ATTAQUE)

Attaquer la victime, sa famille, ses amis ou ses animaux (physiquement ou sexuellement), ruiner sa réputation, saboter ses finances ou son travail, interférer avec la garde des enfants, le logement ou le travail, porter atteinte à la crédibilité ou à la réputation de la victime.



L'UTILISATION DE LA TECHNOLOGIE POUR LA TRACQUE

La majorité des harceleurs utilisent la technologie pour surveiller, observer, contacter, contrôler, menacer, saboter, isoler et effrayer leurs victimes, ainsi que pour porter atteinte à leur crédibilité ou à leur réputation.

L'utilisation de la technologie pour harceler peut également être appelée cyberharcèlement, abus numérique ou harcèlement en ligne. Les harceleurs peuvent utiliser des ordinateurs, des tablettes, des appareils mobiles, des logiciels, l'internet, le courrier électronique, les médias sociaux, des applications de messagerie, des appareils domestiques intelligents, des dispositifs d'enregistrement, des dispositifs de repérage et/ou d'autres technologies.



Les harceleurs utilisent souvent la technologie pour harceler : appels, textes ou messages excessifs et non désirés ; surveillance de l'activité en ligne ; surveillance de la vie de la victime par le biais des médias sociaux ; publication ou partage d'informations, de photos ou de vidéos inappropriées ou personnelles (ou menaces de le faire) ; espionnage ou surveillance à l'aide de la technologie ; localisation à l'aide d'un appareil ou d'une application, demande de mots de passe ou de contrôle de comptes en ligne ; usurpation de l'identité d'une victime en ligne ; et piratage de comptes en ligne (ou menaces de le faire).

LES FACTEURS DE RISQUE DU HARCÈLEMENT



Le moment le plus dangereux pour une victime est généralement celui où elle prend ses distances avec le harceleur. Les facteurs ci-dessous tendent également à indiquer des risques plus élevés pour la victime :

- -L'escalade des comportements de harcèlement (intensité ou fréquence)
- -Prochaines dates importantes, événements ou occasions susceptibles de déclencher le harcèlement (anniversaires, dates de procès, vacances, etc.)
- -Menaces spécifiques et détaillées (plus elles sont spécifiques et détaillées, plus le risque est élevé)
- -Le harceleur a déjà mis à exécution des menaces à l'encontre de la victime ou d'autres personnes.
- -Le harceleur a la capacité de mettre ses menaces à exécution.
- -Le harceleur a déjà abusé de la victime ou d'autres personnes, de quelque manière que ce soit.
- -Le harceleur a accès à des armes (et/ou a une formation et une expérience en la matière).
- -Le harceleur persiste malgré la résistance de la victime

ACTIONS À ENVISAGER

Journal de documentation

Conservez un registre des incidents de harcèlement. Cela peut aider à identifier les options permettant d'accroître la sécurité, à raconter ce qui s'est passé, à enregistrer tout ce que vous avez vécu et à évaluer les risques. Conservez les preuves telles que les journaux d'appels, les messages vocaux, les messages, les captures d'écran, les notes, etc.



Évaluation SHARP



Remplir le Stalking, Harassment, Assessment & Risk Profile (SHARP) avec un défenseur des victimes. Le SHARP est une évaluation gratuite sur Internet qui permet d'examiner une situation de harcèlement à un moment donné (disponible à l'adresse suivante www.StalkingRisk.com).

Vous êtes l'expert de votre propre vie, en particulier de l'équilibre entre votre besoin de vivre une vie normale et vos préoccupations en matière de sécurité. Vous pouvez décider de modifier vos habitudes, vos activités, vos moyens de transport, etc. afin d'éviter ou de minimiser l'accès et l'influence du harceleur.

PLANIFICATION DE LA SÉCURITÉ

Rappelez-vous que seul le harceleur peut contrôler son comportement. Toutefois, la planification de la sécurité peut réduire les risques et les dommages. Réfléchissez à ce qui est le mieux pour vous et aux changements qui pourraient être apportés à votre vie quotidienne pour améliorer votre sécurité.

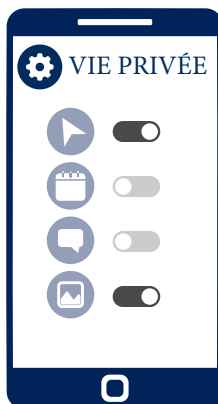


- Réfléchissez à la prochaine tactique du harceleur.
- Réfléchissez à la manière dont le harceleur pourrait réagir aux choses que vous dites ou faites, aux changements que vous apportez à votre vie, ou si on lui demande d'arrêter (par vous, un ami, un tribunal, un officier de police, etc.)
- Envisagez de demander une ordonnance de protection.
- Envisagez de cesser toute communication avec le harceleur. De nombreux harceleurs perçoivent tout contact (même négatif) comme une victoire, de sorte que le fait de leur répondre renforce souvent leur comportement. Cependant, certaines victimes sont incapables de cesser tout contact et/ou décident de maintenir le contact pour évaluer l'humeur du harceleur, l'endroit où il se trouve, etc.

Faites attention à ce que vous partagez en ligne, à ce que les autres partagent à votre sujet et aux informations qui sont accessibles au public.

- Vérifiez les paramètres de partage et de confidentialité des applications, des plateformes de médias sociaux et des appareils. Les paramètres par défaut permettent généralement de partager des informations et/ou la localisation, mais ils peuvent être modifiés pour plus de confidentialité.
- Si vous pensez que le harceleur surveille votre téléphone ou vos comptes, envisagez d'utiliser le téléphone d'un ami ou l'ordinateur d'une bibliothèque publique pour obtenir de l'aide.
- Utilisez l'appareil le plus sûr auquel vous avez accès et renseignez-vous sur la sécurité technologique :

Boîte à outils du filet de sécurité pour la sécurité technologique et la protection de la vie privée
www.TechSafety.org/Resources-Survivors



INFORMATIONS LOCALES