Image not found or type unknown

Cercle de partage sur la VBG en ligne [activité d'approfondissement]

Cette activité permet aux participant·e·s de réfléchir et d’échanger sur leurs expériences de violences en ligne basée sur le genre (VBG en ligne).

À propos de cette activité d'apprentissage



Image not found or type unknown

Cette activité permet aux participant·e·s de réfléchir et d’échanger sur leurs expériences de violences en ligne basée sur le genre (VBG en ligne).

L’aménagement d’un espace sûr est le principal prérequis pour cette activité. Il faut également prévoir un moment de calme pour que les participant·e·s puissent réfléchir.

Cette activité se déroule en deux étapes :

- Le temps de réflexion – où chaque participant·e a le temps d’articuler et d’écrire son histoire en répondant à une série de questions-guides.
- Le cercle de partage – où les participant·e·s partagent leur histoire avec le groupe.

Il est important de mentionner que ce Cercle de partage n’est pas destiné à des fins thérapeutiques. Bien sûr, le fait de raconter notre histoire, même de façon anonyme, a des effets thérapeutiques. Toutefois, il est important de préciser que ce n’est pas le but du Cercle de partage. Si vous savez que vous animez un groupe qui a subi des violences genrées/sexistes en ligne, et particulièrement si ces expériences sont récentes, vous devez vous assurer qu’une personne de l’équipe d’animation puisse offrir du soutien thérapeutique/psychologique. Sautez cette activité si vous doutez que vous puissiez bien soutenir des participant·e·s qui vivraient une re-traumatisation.

Objectifs d’apprentissage

- Analyser et comprendre les formes de VBG en ligne et leurs impacts sur les survivantes et leurs communautés.
- Analyser et comprendre le continuum de la violence entre les sphères hors-ligne et en ligne et les structures de pouvoir permettant à ces violences de se perpétuer.

À qui s’adresse cette activité ?

Cette activité s’adresse aux personnes ayant différents niveaux de compréhension et d’expérience quant aux violences en ligne basées sur le genre.

Avant de faire cette activité, il est important de savoir si des participant·e·s ont des expériences récentes de violences genrées/sexistes en ligne, puisque l’activité pourrait les bouleverser. Avant de choisir cette activité, il est important de connaître vos participant·e·s et de vous connaître en tant que personne formatrice/animatrice.

En tant que personne formatrice/animatrice, il est également important d’être honnête avec vous-même sur ce que vous pouvez et ne pouvez pas gérer. Cette activité n’est PAS recommandée dans les situations suivantes :

- Si vous n’avez pas établi un lien de confiance avec vos participant·e·s et au sein du groupe.
- Si vous n’avez pas eu le temps de connaître vos participant·e·s avant l’atelier.
- Si vous n’avez pas d’expérience dans l’animation de discussions difficiles.

Selon les personnes ayant déjà animé ces Cercles de partage, il est préférable d’avoir deux personnes pour animer cette activité.

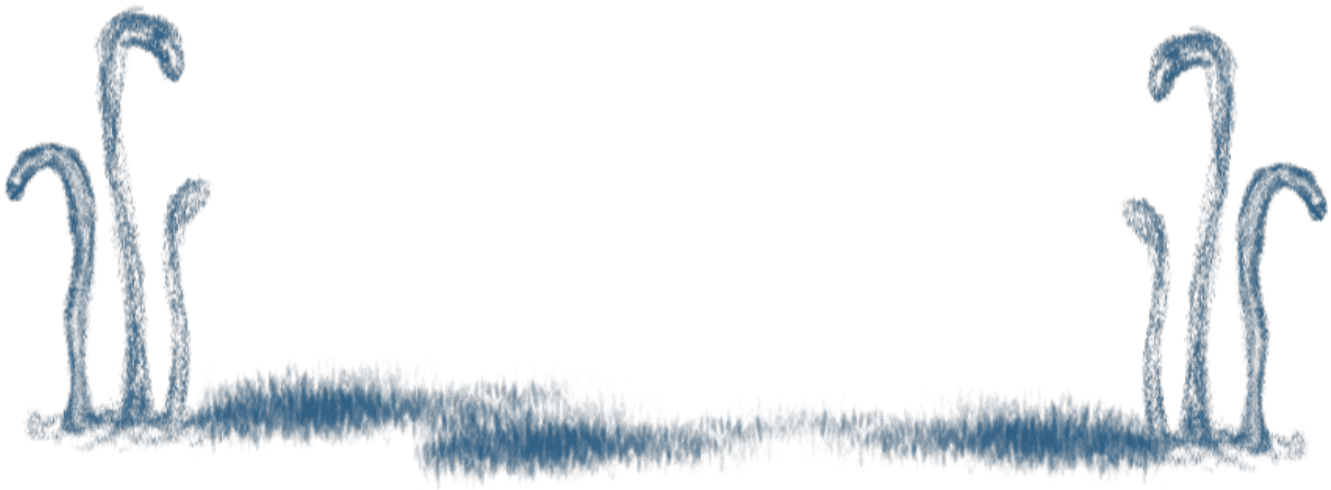
Temps requis

En prenant en compte que chaque participant·e aura besoin d’environ 5 minutes pour raconter son histoire, et qu’environ 30 minutes sont nécessaires pour le temps de réflexion, en ajoutant une certaine marge de manœuvre pour donner les instructions : vous aurez besoin de **1h40 minimum** pour cette activité (avec un groupe standard de 12 personnes).

Ce temps suggéré n’inclut pas des activités de *care* et bien-être (pour soutenir les participant·e·s en cas de re-traumatisation, par exemple) ni les temps de pause lorsque nécessaires. Pour un groupe de taille standard, il serait idéal de prendre une demi-journée (4 heures) et cela serait suffisant pour inclure des pauses et activités de bien-être.

Matériel

- Les questions-guides écrites
- Un espace pour que les gens puissent réfléchir
- De l’espace pour former un grand cercle au centre de la pièce pour le moment de partage



Mécanique

Cette activité se déroule en deux étapes :

- **Le temps de réflexion** – où chaque participant·e a le temps d'articuler et d'écrire son histoire en répondant à une série de questions-guides.
- **Le cercle de partage** – où les participant·e·s partagent leur histoire avec le groupe.

Pendant le temps de réflexion, les participant·e·s ont 30 minutes pour réfléchir à un exemple réel de violence en ligne basée sur le genre. Iels peuvent choisir de raconter leur propre expérience ou celle d'une autre personne. Il est important que tout le monde anonymise son histoire, même lorsqu'on décide de raconter sa propre histoire. Chaque personne ne peut raconter qu'une seule histoire.

Pour faciliter leur réflexion et écrire leur histoire, les participant·e·s peuvent utiliser les questions-guides suivantes :

- Qui est la personne survivante? Qui étai(en)t la (ou les) personne(s) agresseure(s)? Qui d'autre est impliqué dans l'histoire?
- Que s'est-il passé? Où cela s'est-il déroulé? Quel genre de violence a été commise?
- Quel ont été les impacts de ces violences? Comment la survivante a-t-elle réagi? Qu'est-ce qu'elle craignait le plus? Est-ce que la situation a escaladé ou s'est empirée? Si oui, comment?
- Quel genre de soutien la survivante a-t-elle reçu? Qui a été en mesure de lui apporter du soutien?
- Quelles actions ont été prises par la survivante et son groupe de soutien? Comment l'histoire s'est-elle résolue?
- Comment se porte la personne survivante à présent? Comment se sent-elle maintenant par rapport à ce qu'elle a vécu? Quelles sont les leçons qu'elle a pu tirer de cette expérience?
- Quel rôle a joué la technologie dans cette histoire? Comment a-t-elle influencé la violence et son impact? Comment la technologie a pu aider la survivante ou son groupe de soutien?

Conseil d’animation : Ce sont des questions-guides, et donc les participant·e·s n’ont pas à répondre à chacune d’entre elle. Elles sont là pour les aider à exprimer leur histoire.

Anonymiser les histoires

Les participant·e·s sont encouragé·e·s à anonymiser leur histoire, même quand c’est leur propre histoire. Voici comment :

- En donnant un pseudonyme à la personne survivante. Le pseudonyme ne devrait pas ressembler à leur nom.
- En situant l’histoire dans un lieu plus général. Lorsque des éléments contextuels permettraient d’identifier la survivante en fonction de son lieu d’origine, il vaut mieux donner une localisation plus large. Dire qu’une personne vient de Petaling Jaya en Malaisie, ce n’est pas comme dire qu’elle vit à Kuala Lumpur ou tout simplement en Malaisie.
- En décrivant la survivante de façon générale (tenez-vous-en aux marqueurs généraux comme le genre, la sexualité, le pays, la religion, l’ethnicité ou la classe sociale), mais en donnant beaucoup de détails sur l’expérience de violence en ligne basée sur le genre (en parlant des plateformes et espaces où la violence a eu lieu, de leur expérience, de comment cela s’est intensifié, de l’impact sur elleux-mêmes).

Lorsque tout le monde a pu écrire son histoire, rassemblez-les en cercle.

Présentez les règles du Cercle de partage. Il est bien d’avoir ces règles écrites à un endroit bien visible et de les répéter au groupe.

- Ce qui est dit dans le Cercle de partage ne sort pas du cercle sans le consentement explicite des participant·e·s du cercle.
- Personne ne peut invalider les expériences partagées au sein du cercle. La sévérité des violences vécues n’est pas une compétition. Ne demandez pas les détails sensibles ou graphiques d’une histoire.
- Les personnes qui écoutent peuvent poser des questions de clarification mais pas des questions intrusives. Ne posez pas de questions comme « pourquoi…? », mais plutôt des questions comme « comment…? » ou « qu’est-ce que…? ».

- Une personne qui raconte son histoire ne doit jamais être interrompue. Soyez profondément à l'écoute.

L'objectif est de créer un espace sûr pour que les gens puissent raconter leur histoire.

Une fois les règles présentées, rappelez que personne n'est obligé·e de raconter son histoire. Ouvrez le cercle de partage.

> **Conseil care et bien-être :** Pensez à des façons d'honorer les histoires racontées quand vous ouvrez et fermez le cercle de partage. Voici quelques suggestions :

- Commencez et terminez avec un exercice de respiration.
- Préparez un bol rempli de pierres (ou de coquillages) dans lequel les participant·e·s peuvent en prendre une et la tenir pendant le cercle. En terminant le cercle de partage, invitez les gens à remettre les pierres/coquillages dans le bol.

Puis, lorsque les histoires ont été racontées, fermez le cercle. Pour ce faire, faites quelque chose pour souligner les histoires partagées et la force des participant·e·s.

Tout dépendant du type de participant·e·s, et selon votre préférence, vous pouvez :

- Faire des exercices de respiration en groupe.
- Demander au groupe de parcourir la pièce pour remercier les autres participant·e·s de leur partage.
- Faire brûler de l'encens et le faire circuler pour nettoyer l'énergie de la salle.
- Mettre de la musique pour danser.
- Lire un poème qui parle de l'importance d'honorer nos histoires. Nous utilisons généralement une citation d'Alice Walker pour terminer nos cercles de partage d'histoires numériques. Donner une chandelle à chaque personne, puis chacun·e son tour peut l'allumer à partir d'une chandelle centrale.

> **Remarque :** Il est primordial d'accorder une pause pour que les participant·e·s puissent décompresser avant de revenir sur l'activité.

Puis, la personne formatrice/animatrice résume les histoires en se basant sur les thèmes suivants :

- Quelles formes de cyberviolence basée sur le genre ont été racontées?
- Où ces violences ont-elles eu lieu? À partir de cette question, présentez les liens entre les sphères en ligne et hors ligne et comment ces sphères s'influencent.
- Qui étai(en)t la (ou les) personnes abuseure(s) les plus récurrente(s)?
- Quel était l'impact de la violence en ligne basée sur le genre, spécifiquement sur la sphère hors ligne?
- Les survivantes ont dû faire face à quels enjeux lorsqu'elles tentaient de mettre fin à la cyberviolence?
- Comment les enjeux intersectionnels affectent l'expérience de la violence? Par exemple, en ce qui a trait aux types spécifiques d'agression, au rôle de la culture/religion et des normes, à l'invisibilité, aux obstacles pour obtenir du soutien ou accéder à la justice.

Conseils pour la préparation de l'atelier

Cette activité n'est pas faite pour n'importe quelle personne animatrice/formatrice ou n'importe quel·le·s participant·e·s.

Si vous doutez de vos capacités à gérer et intervenir dans ce genre de cercle, il vaut mieux choisir une autre activité d'apprentissage. La capacité à reconnaître vos limites en tant que personne formatrice/animatrice ne vous rendra que meilleure dans ce rôle! En plus de créer des espaces sûrs pour la formation.

Cette activité nécessite aussi une grande confiance avec les participant·e·s. Pour cela, iels doivent être préparé·e·s mentalement et émotionnellement. Il n'est donc pas recommandé de l'utiliser en guise d'introduction, et particulièrement si les participant·e·s n'y sont pas préparé·e·s.

Voici quelques lignes directrices à suivre, si vous choisissez d'utiliser cette activité d'apprentissage :

- Pendant le Cercle de partage, laissez les gens raconter leur histoire à leur façon. Ne les poussez pas à aller plus vite. Ne corrigez pas leur grammaire. Ne les interrompez pas.
- N'obligez personne à raconter une histoire. Pour certaines personnes, le seul fait d'écrire leur histoire leur suffit amplement. Ce n'est pas obligatoire, mais encouragez-les quand même à raconter leur histoire.

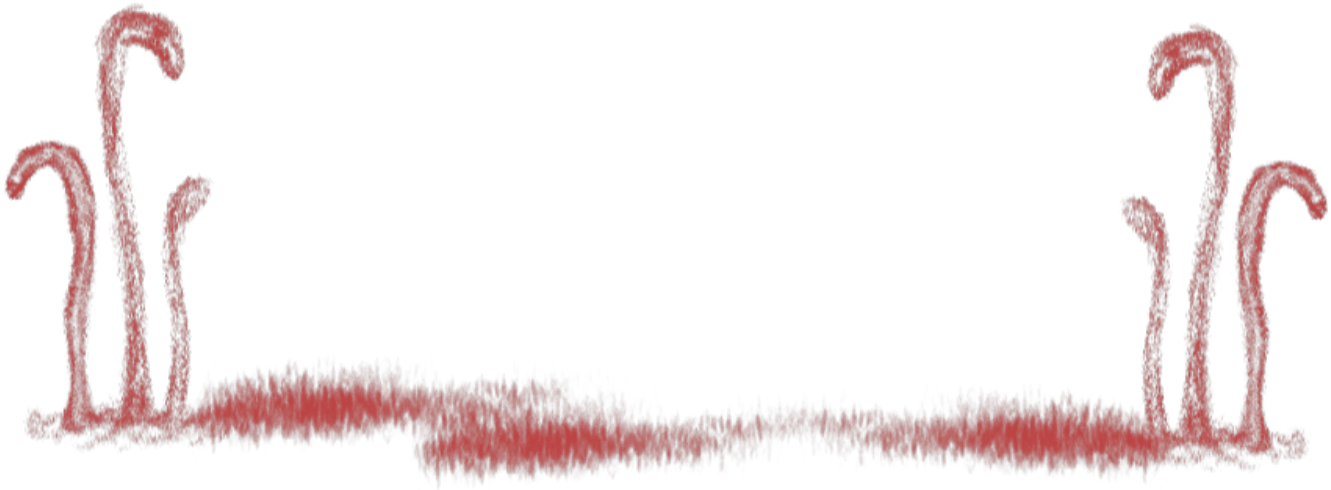
- Si une personne vit un déclencheur, prenez une pause. Ne les forcez pas à poursuivre leur histoire.
- Rappelez aux participant·e·s, et à vous-même, que la guérison est un processus, et que raconter son histoire et être entendu·e, c'est une étape vers la fin du cycle de la violence.
- Idéalement, il vaut mieux animer cette activité en duo. En co-animant, il est plus facile de bien aménager et gérer cet espace de partage.

Lisez la section sur la gestion des situations émotionnelles dans le Guide de formation à la sécurité globale (en anglais).

> **Conseil d'animation** : Comment bien gérer le temps tout en respectant les personnes qui racontent leur histoire? Souvenez-vous que cette activité sert à ouvrir un espace de partage où les participant·e·s peuvent réfléchir à leurs expériences de cyberviolences genrées/sexistes afin d'approfondir leur compréhension de l'enjeu. Vous serez tenté·e de donner plus de 5 minutes par personne, mais il vous faudra déterminer une limite de temps qui permettra à tout le monde de raconter son histoire (si désiré). Cela donnera aussi du temps aux participant·e·s afin de réfléchir et réagir aux histoires des autres. C'est pourquoi gérer le temps est essentiel. Il est important d'expliquer au groupe pourquoi vous comptez le temps.

Il existe plusieurs tactiques pour le rappeler gentiment aux gens. En voici quelques-unes :

- Préparez des cartes ou des tableaux que vous pouvez utiliser pour leur signaler le temps qu'il leur reste.
- Désigner une personne gardienne du temps, afin que ce soit une tâche partagée entre les participant·e·s.
- Attendre le moment de pause dans leur récit pour leur rappeler le temps qu'il leur reste.



Revision #4

Created 26 April 2023 00:50:04 by Kira

Updated 28 June 2023 20:17:26 by Kira