

M.5. GÉRER LES AUTOMATISMES D'OPPRESSEUR, Y COMPRIS L'INCONDUITE SEXUELLE, ET GÉRER LES ERREURS, LES DÉSACCORDS ET LES CRITIQUES¹.

Cette règle comporte deux parties. La première partie [A] décrit comment nous gérons les automatismes d'oppression, les erreurs, les désaccords et les critiques dans la Communauté de Co-écoute. La seconde partie [B] traite de notre engagement à maintenir la Communauté de Co-écoute libre de toute inconduite sexuelle et énonce les actions que nous prendrons si cela se produit. Les principes de la partie A s'appliquent à la partie B.

A. Gérer les automatismes d'opresseur et gérer les erreurs, les désaccords et les critiques

Notre engagement

La Communauté de Co-écoute s'efforce de mettre fin à toutes les formes de maltraitance des personnes, y compris toutes les oppressions². Nous nous engageons à prendre soin de chaque être humain, à connaître ses expériences d'oppression et à devenir de plus en plus efficaces pour mettre fin à l'oppression.

Nous avons tous grandi dans des sociétés oppressives et nous apportons donc dans la Communauté de Co-écoute des détresses non évacuées et des automatismes de comportement issus de l'oppression. La Communauté de Co-écoute a développé une compréhension et des outils pour aborder ces détresses et ces comportements. Une grande partie de notre travail consiste à aider les gens à se remettre des mauvais traitements qu'ils ont subis et à prévenir le passage à l'acte des automatismes de détresse non évacuées. Nous nous aidons également les un·e·s les autres à retrouver la capacité de détecter et d'intervenir en cas de comportement oppressif et de maltraitance, y compris lorsque nous agissons nous-mêmes de manière oppressive.

Nous faisons tout cela sans perdre de vue la bonté de tous les humains. Nous comprenons que personne ne maltraite quelqu'un d'autre sans avoir d'abord été maltraité et que personne n'est à l'abri d'une forme de comportement oppressif³.

¹ Nous distinguons la critique (qui consiste à pointer du doigt les défauts d'une personne en la jugeant) du fait de dire à quelqu'un qu'il a fait une erreur ou d'offrir un retour d'information, étant entendu que les gens font toujours de leur mieux compte tenu des blessures qu'ils ont acquises. Nous distinguons la punition, qui renforce les automatismes de détresse, de l'interruption du comportement nuisible. Au lieu de cela, nous offrons, lorsque cela est possible, un moyen de guérison et une façon de résoudre les effets.

² L'oppression est le mauvais traitement systématique à sens unique d'un groupe de personnes par la société, ou par un autre groupe de personnes qui servent d'agents d'oppression sociétale, le mauvais traitement étant encouragé ou appliqué par la société. Les exemples incluent le racisme, le classisme et le sexisme.

³ Nous encourageons les Co-écoutant·e·s qui travaillent sur le thème de l'oppression à le faire principalement lors de séances avec d'autres personnes qui ne sont pas membres du groupe opprimé. Il convient de demander la permission avant de travailler sur le matériau d'oppression avec une personne qui est visée par cette oppression.

Comment se comporter de façon responsable

Nous voulons qu'aucun.e Co-écoutant.e ne soit maltraité.e dans notre Communauté. En tant qu'êtres humains intrinsèquement bienveillants, nous voulons que les choses se passent bien pour nous-mêmes et pour tous les autres êtres humains et nous voulons rétablir la situation lorsqu'elle ne se passe pas bien. En tant qu'organisation paritaire, lorsque nous commettons des erreurs, que nous nous maltraitons ou que nous agissons de manière oppressive les un.e-s envers les autres, nous voulons, nous nous engageons et nous comptons les un.e-s sur les autres pour assumer la responsabilité de nos actions. Il s'agit de notre responsabilité collective, ce qui implique les choses suivantes :

- a. Mettre fin à nos comportements oppressifs et blessants ou à ceux des autres
- b. Comprendre ce qui s'est passé
- c. Reconnaître l'impact de nos actions sur les autres ou justifier notre comportement
- d. Ne pas nier, défendre ou justifier notre comportement
- e. Décharger la détresse sous-jacente et remédier à tout manque d'informations exactes ayant conduit à nos actions, afin d'être moins susceptible d'agir de nouveau de la même façon
- f. Faire des efforts pour résoudre tout effet négatif de nos actions, ce qui peut inclure l'écoute de leurs expériences et la présentation d'excuses aux personnes concernées

Nous nous engageons à ne laisser aucune personne seule avec des difficultés dans ce domaine, qu'elle les manifeste ou non. Pour y parvenir, il faut décharger beaucoup de choses dans le contexte d'une Communauté bienveillante. Tous les automatismes, y compris ceux qui conduisent à nuire à autrui, peuvent être évacués au lieu d'être mis en œuvre.

Nous voulons bâtir des relations sans nous défouler les un·e·s sur les autres. Nous comprenons que nombre de nos conflits, de nos désaccords et de nos sentiments d'être blessés sont basés sur la restimulation de blessures passées plutôt que sur des problèmes dans le présent. Nous pouvons également être troublés par des attentes irréalistes selon lesquelles la relation de Co-écoute et la Communauté de Co-écoute seront exemptes de tous les comportements oppressifs.

Aborder les problèmes et les préoccupations

Les étapes décrites ci-dessous⁴ peuvent nous aider à interrompre les automatismes (y compris les automatismes d'opresseur et les automatismes d'oppression intériorisée) ; à corriger les erreurs⁵ ; à faire face aux désaccords, aux critiques et à la colère,⁶ à décourager les commérages et les attaques, et à aborder rapidement un problème que nous avons avec un.e autre Co-écoutant.e, y compris un.e responsable de Co-écoute⁷.

1. Faire des séances, décharge et réfléchir au problème soulevé

- a. dans le but de voir la situation aussi clairement que possible ;
- b. dans le but de résoudre le problème d'une manière qui favorise la réémergence de toutes les personnes impliquées ;
- c. d'une manière qui ne répande pas le malaise au travers de la restimulation des gens (par exemple, sans utiliser de noms, en travaillant sur les blessures anciennes qui y sont liées, et en consultant quelqu'un qui a une bonne relation avec l'autre Co-écoutant.e et qui peut à la fois garder la confidentialité).

2. Consulter une personne formatrice de Co-écoute ou une Personne de Référence.

3. Réfléchir aux moyens possibles de résoudre la situation et prendre la (les) mesure(s) la (les) plus susceptible(s) d'aboutir à un résultat positif.

4. Communiquer directement avec le(s) Co-écoutant.e(s) concerné(s), en leur donnant la possibilité de décharger la situation avec un.e autre Co-écoutant.e. Puis les rencontrer, échanger une écoute et éventuellement résoudre la situation. S'il y a eu oppression, la ou les personnes dans le rôle de l'opresseur doivent écouter pendant un temps assez long sans parler. L'implication d'un.e troisième Co-écoutant.e est souvent utile.

5. Si la communication directe et la décharge ne permettent pas de résoudre la situation, ou si la communication directe avec l'autre Co-écoutant.e n'est pas possible pour une raison quelconque, demandez l'aide d'un Co-écoutant.e expérimenté.e, d'une personne formatrice de Co-écoute ou d'une Personne de Référence appropriée.

6. Si la situation ne se résout toujours pas, passez au niveau suivant des Personnes de Référence, y compris une Personne de Référence Régionale (PRR), une Personne de Référence Internationale de Libération (PRIL), une Personne de Référence Internationale de Commonalité (PRIC) ou la Personne de Référence Internationale (PRI).

La plupart des contrariétés, critiques et désaccords peuvent être résolus par la décharge et la communication sans passer par toutes ces étapes.

Nous avons constaté qu'il est bien plus efficace d'écouter et de décharger ces difficultés au cours des séances. Essayer de résoudre ces difficultés sans l'attention d'un.e écoutant.e attentionné.e n'a, d'après notre expérience, pas été efficace. De même, il est plus utile de décharger la détresse initiale qui sous-tend nos sentiments et de résister à toute tendance à utiliser les séances de Co-écoute pour mettre en scène nos bouleversements.

Nous avons compris que le fait de simplement critiquer une personne, y compris un.e dirigeant.e, est différent du fait d'être en désaccord avec l'idée ou la politique de cette personne et n'est pas utile à personne. Au lieu de cela, nous pouvons décharger les restimulations qui nous poussent à agir de manière inattentionnée et erronée envers les autres Co-écoutant.es, y compris les dirigeant.e.s de Co-écoute, et la Communauté de Co-écoute, afin de pouvoir apporter des contributions constructives.

Problèmes avec les dirigeant.e.s et la Communauté

Si un.e Co-écoutant.e pense qu'une personne dirigeante le/la maltraite et défend ce comportement, le/la Co-écoutant.e doit faire part de son inquiétude, aussi vite que possible, à sa PRR ou à une autre personne dirigeante de Co-écoute locale. Nous reconnaissons que les Co-écoutant.e.s peuvent parfois agir de manière inattentionnée envers les dirigeant.e.s si iels n'ont pas encore été capables de travailler sur leur détresse à propos des dirigeant.e.s⁸.

Si le problème concerne la PRR ou une autre personne dirigeante locale et que vous avez besoin d'aide en dehors de la Région, contactez une autre PRR ou la PRI.

Avant d'aborder un problème avec un.e dirigeant.e de Co-écoute, il est utile de décharger (avec quelqu'un d'autre que la personne dirigeante) toute détresse que nous avons à propos des personnes dirigeantes en général. Cela peut nous aider à clarifier le problème, le rendant ainsi plus facile à régler, et à penser correctement à cette personne dirigeante. En tant que dirigeant.e.s, nous devons décharger toute blessure antérieure qui pourrait nous faire sentir sur la défensive ou attaqués, afin de pouvoir écouter et agir sur l'information et la correction possible qui nous sont offertes⁹.

⁴ Cette procédure est similaire à d'autres modèles traditionnels et juridiques, y compris la Justice Réparatrice, la Résolution Alternative des Conflits, la médiation et d'autres modèles dans de nombreuses cultures différentes.

⁵ Les erreurs commises par les dirigeant.e.s sont également abordées dans la Règle E.1. Structure de la Communauté : Leadership.

⁶ Voir la Règle O.2., Gérer les attaques.

⁷ Tout.e Co-écoutant.e impliqué.e dans une situation à laquelle s'applique cette Règle a toujours la possibilité d'être accompagné.e par un.e Co-écoutant.e dans un rôle de soutien à n'importe quelle étape du processus.

⁸ Ces détresses peuvent inclure des sentiments rigides d'anti-autorité, des tendances à exprimer des déceptions et des critiques à l'égard des personnes dirigeantes et un sentiment d'impuissance à réfléchir ou à partager des idées avec elles. Ces sentiments peuvent être enracinés dans nos expériences avec les "personnes dirigeant.e.s" adultes de notre enfance, telles que nos parents et nos enseignant.e.s.

⁹ Voir : les articles soutenant notre compréhension du *Guide* pour les Communautés de Co-écoute. <https://www.rc.org/publication/guidelines/guidelinesresources>.

B. Aborder la question de l'inconduite sexuelle dans la communauté de Co-écoute¹⁰

Généralités

Aborder la question de l'inconduite sexuelle fait partie de notre engagement à mettre fin à toutes les formes de mauvais traitements, y compris l'oppression. Au sein de la Communauté de Co-écoute, nous nous engageons à créer et à maintenir un environnement exempt d'inconduite et de harcèlement sexuels, et à nous attaquer aux racines systémiques par le biais de notre travail sur le sexisme, la domination masculine et les autres oppressions. L'inconduite sexuelle¹¹ comprend les avances sexuelles, les demandes de faveurs sexuelles, le harcèlement sexuel¹² et autres comportements et communications importuns de nature sexuelle. Nous définissons le harcèlement sexuel comme un comportement de nature sexuelle – verbal, écrit, physique, visuel ou électronique – qui est importun et répété, ou grave. Tous ces comportements, intentionnels ou non, sont totalement incompatibles avec les intentions, les objectifs et les politiques de la Communauté de Co-écoute.

Jeunes personnes

La Communauté de Co-écoute s'engage à créer et à maintenir un environnement pour les jeunes personnes de tous âges qui soit à l'abri de l'inconduite et de l'exploitation sexuelles, qui lutte contre l'oppression et qui leur permette de partager leurs pensées et d'exprimer leurs émotions. Toute jeune personne qui pense être victime d'une inconduite sexuelle au sein de la Communauté de Co-écoute peut se confier à un.e Co-écoutant.e adulte, parent ou non, en qui elle a confiance. Ce.tte Co-écoutant.e doit alors agir comme son allié.e et suivre les étapes décrites ci-dessous. Cette action n'empêche pas de prendre des mesures supplémentaires en dehors de la Communauté de Co-écoute si l'adulte ou la jeune personne le juge nécessaire.

Comment soulever un problème d'inconduite sexuelle ?¹³

Si un.e Co-écoutant.e est victime d'une inconduite sexuelle au sein de la Communauté de la de Co-écoute, il/elle peut choisir de prendre l'une ou l'autre des mesures suivantes pour résoudre la situation au sein de la de Co-écoute :

1. Résoudre son problème de manière informelle, avec ou sans l'aide d'un.e dirigeant.e de la Co-écoute. (Il est toujours approprié d'impliquer ou de consulter un.e dirigeant.e).
2. Prendre certaines ou toutes les mesures suggérées dans la Partie A (ci-dessus) pour résoudre le problème¹⁴.
3. Utiliser les processus décrits dans cette Partie B. (À partir de maintenant, ce processus sera appelé "le Processus de Plainte Formel").

¹⁰ Les processus décrits dans la partie B, à la discrétion de la PRI ou de la PRR, peuvent aussi être utilisés pour toute situation dans laquelle un.e Co-écoutant.e se sent mis.e en danger par le comportement d'un.e autre Co-écoutant.e.

¹¹ De même, l'inconduite sexuelle peut inclure une personne écoutée qui travaille sur des détresses sexuelles sans l'accord de son écoutant.e. Il peut également s'agir d'une personne écoutée qui évoque de façon répétée des sujets d'ordre sexuel, à l'intérieur ou à l'extérieur d'une séance, sans prendre en compte la façon dont l'oppression et la domination ont affecté les enregistrements de détresse des deux personnes en jeu liés au sexe.

¹² En Co-écoute, nous avons des ateliers, des classes et des séances sur le thème du sexe, au cours desquels le sexe peut être explicitement évoqué. Les Co-écoutant·e·s participent volontairement à ces événements et, dans le cadre de ces activités, nous créons les conditions permettant aux participant·e·s de décharger leurs blessures anciennes et leurs sentiments liés à ces blessures anciennes afin d’avoir une relation détendue et rationnelle avec le sexe. Les participant·e·s peuvent éprouver des sentiments d’inconfort à propos du sexe lors de ces événements, mais il ne s'agit pas de harcèlement sexuel.

¹³ Les inquiétudes concernant l'inconduite sexuelle lors d'un atelier doivent être immédiatement communiquées à la personne dirigeant l'atelier. S'il s'agit de la conduite de la personne dirigeant l'atelier, il faut en faire part immédiatement à une Personne de Référence Régionale. Un rapport doit également être adressé au Comité d’Examen des Plaintes (voir ci-dessous) par courrier électronique.

¹⁴ Un·e Co-écoutant·e qui soulève une inquiétude relative à une inconduite sexuelle peut choisir, mais n'est jamais obligé·e, de rapporter son inquiétude directement à la personne qui, selon lui/elle, lui a causé du tort, pour essayer de résoudre la situation. Nous recommandons que cette réunion comprenne également un·e dirigeant·e de Co-écoute.

Le Comité ad hoc d'Examen des Plaintes (le "CEP")

Le processus de plainte nécessite la formation d'un Comité ad hoc d'Examen des Plaintes ("CEP"). Le CEP travaille en collaboration avec la ou les PRR pour traiter la plainte. Il est composé de la Personne de Référence de Libération Internationale (PRIL) pour les femmes (ou de la personne qu'elle désigne), d'une PRIL ou d'une PRR choisie par la personne qui soulève la plainte, et d'un comité diversifié composé de quatre autres personnes au maximum, choisies par la PRI et la PRIL pour les femmes. La composition du CEP pour une situation donnée, en dehors de la PRIL pour les femmes ou de la personne désignée par elle, variera en fonction des Co-écoutant.e.s et des questions en jeu.

Le Processus de Résolution des Plaintes

- i) Informer les personnes appropriées : Un.e Co-écoutant.e qui pense avoir été victime d'une inconduite sexuelle de la part d'un.e autre Co-écoutant.e et qui choisit d'utiliser la procédure de plainte formelle, doit l'initier en contactant, ou en demandant à quelqu'un d'autre de le faire, l'une des personnes suivantes :
 1. Sa personne formatrice de Co-écoute ou sa Personne de Référence de Secteur (PRS)¹⁵ qui en informera la PRR et le CEP
 2. Sa PRR, qui en informera le CEP
 3. Le CEP (par courriel direct au CEP à l'adresse committee@rc.org).

Ce processus n'est pas destiné à remplacer tout autre processus (par exemple, une procédure judiciaire ou une médiation).

Si la personne formatrice de Co-écoute, la PRS, la PRR ou le CEP estime qu'un préjudice grave est en train ou sur le point de se produire, ils interviendront immédiatement pour prévenir la possibilité d'une inconduite jusqu'à ce que le processus de collecte d'informations soit terminé.

- ii) Collecter les informations : La PRR du ou de la Co-écoutant.e rassemblera rapidement des informations pour évaluer de façon préliminaire si une inconduite sexuelle est en cours. Si c'est le cas, la PRR informera immédiatement le CEP et agira pour faire cesser immédiatement le comportement. La PRR et le CEP peuvent exclure la personne qui fait l'objet de la plainte des activités de la Communauté de Co-écoute en attendant la résolution finale ou prendre d'autres mesures qu'ils jugent nécessaires.

Lorsque les Co-écoutant.e.s concernés appartiennent à des Régions différentes, leurs PRR travailleront ensemble pour appliquer cette Règle. Elles détermineront quelle PRR prendra l'initiative.

La/les PRR et le CEP rencontreront séparément chaque personne impliquée. Ils recueilleront des informations, évalueront la situation et s'assureront que toutes les personnes concernées ont la possibilité de raconter ce qui s'est passé. La Co-écoute est généralement intégrée à ce processus et chaque personne est invitée à se faire accompagner par un.e Co-écoutant.e qui jouera un rôle de soutien.

¹⁵ Si le/la Co-écoutant.e pense avoir été victime d'une inconduite sexuelle de la part de la PRS, il/elle doit contacter directement sa PRR, qui fera intervenir le CEP. Si il/elle pense avoir été victime d'une inconduite sexuelle de la part de sa PRR, il/elle doit contacter sa PRS, qui fera intervenir le CEP. Si il/elle pense avoir été victime de la PRI ou de la PRI Suppléante, il/elle doit contacter sa PRR, qui doit impliquer au moins une autre PRR et le CEP. Dans ce cas, la PRI ne doit pas être impliquée dans le processus. Si la plainte concerne

un membre du CEP (une PRIL, une PRIC ou une PRR), ce membre ne doit pas participer au CEP dans ce cas. Ce principe s'applique à l'ensemble des présentes Règles.

iii) Prendre des mesures pour traiter les dommages : Une fois la collecte d'informations terminée, le CEP et la/les PRR discutent pour savoir si une inconduite sexuelle (telle que définie dans cette Règle) s'est produite. S'ils concluent que c'est le cas, alors le CEP et la/les PRR¹⁶ décideront ce qu'il convient de faire¹⁷. Ils rencontreront d'abord la personne qui a été blessée pour discuter de la manière dont la Communauté de Co-écoute peut aider à réparer le préjudice. Cette aide peut prendre la forme d'une écoute et d'une orientation vers des organisations qui aident les personnes victimes d'une inconduite sexuelle.

La/les PRR et le CEP décideront également des éléments suivants :

1. des mesures pour corriger le comportement,
2. le cas échéant et si les deux parties sont d'accord, des mesures que les personnes impliquées peuvent prendre pour résoudre et restaurer leur relation avec la Co-écoute, et
3. des mesures pour prévenir de futurs incidents, y compris l'application de ce qui a été appris à l'échelle de la Communauté.

iv) Conséquences potentielles : Selon la nature de l'inconduite, le/la Co-écoutant.e qui a enfreint cette Règle pourrait se voir demander par la/les PRR et le CEP (en consultation avec la PRI) de se retirer de tout rôle de leadership au sein de la Co-écoute. On pourrait lui demander de quitter la Communauté du de Co-écoute ou de rester dans la Communauté sous certaines conditions, telles que :

1. Le/la Co-écoutant.e s'abstient de toute conduite préjudiciable et accepte d'agir et de décharger sur son engagement à s'abstenir d'une telle conduite
2. Le/la Co-écoutant.e suit un plan établi par la/les PRR et le CEP qui peut inclure une partie ou la totalité des éléments suivants :
 - a. Le/la Co-écoutant.e ne fait pas de séance avec la ou les personnes concernées et ne les contacte pas.
 - b. Le/la Co-écoutant.e n'assiste pas aux événements de Co-écoute auxquels participent les personnes concernées.
 - c. Le/la Co-écoutant.e ne fait des séances qu'avec des personnes approuvées par sa PRR.
 - d. Le/la Co-écoutant.e n'assiste pas aux classes ou aux ateliers de Co-écoute sans la permission de sa PRR, jusqu'à ce que :
 - il/elle n'ait fait un travail en séance approfondi et pris toute autre mesure demandée par sa PRR pour régler la situation ; et
 - il/elle ait démontré qu'il/elle a réévalué son comportement, qu'il/elle a une compréhension claire de son inconduite et qu'il/elle a acquis la conscience, l'engagement, le jugement et la capacité de ne plus adopter ce comportement ; et
 - que tout arrangement pour réintégrer les activités de la Communauté a été approuvé par sa PRR (en consultation avec le comité).

¹⁶ Si la plainte vise la PRR, la PRI ou la PRI Suppléante, les personnes dirigeantes appropriées (identifiées dans la note de bas de page précédente) doivent travailler avec le CEP pour s'acquitter de ces responsabilités.

¹⁷ Si le CEP ne peut pas parvenir à une conclusion, la PRR rencontrera le/la Co-écoutant-e qui a soulevé le problème pour lui communiquer la décision du CEP.

La/les PRR superviseront la mise en œuvre de ces mesures et de toute autre mesure et surveilleront la situation afin d'éviter qu'elle ne se reproduise. Le/les PRR et le CEP informeront la PRI de leurs conclusions. Toute personne impliquée peut faire appel du résultat de ce processus auprès de la PRI pour qu'elle intervienne, et la PRI (en consultation avec la/les PRR et le CEP) aura le dernier mot quant aux mesures à prendre dans la Communauté de Co-écoute¹⁸.

La Communauté de Co-écoute n'est pas obligée d'appliquer ce processus aux Co-écoutant.e.s adultes qui ont eu une relation sexuelle en violation de la Règle M.1. la Politique de Non-Socialisation, ou qui ont quitté la Communauté de Co-écoute.

Intervenir en cas d'inconduite sexuelle

Lorsqu'un.e Co-écoutant.e a connaissance d'un cas possible d'inconduite sexuelle dans la Communauté de Co-écoute, il/elle doit en parler à la personne qu'il/elle pense être la cible de cette inconduite. Si cette personne ne donne pas suite et que le/la Co-écoutant.e croit toujours que l'inconduite a toujours lieu ou que la personne est engagée dans une relation sexuelle entre Co-écoutant.e.s sans consentement mutuel, il/elle fera part de ses préoccupations à sa Personne de Référence (et en informera la personne en question). Si l'action de sa Personne de Référence n'aboutit pas à la résolution du problème, le/la Co-écoutant.e qui a connaissance de la situation en informera le CEP et sa PRR, qui détermineront quelles autres mesures doivent être prises.

Confidentialité¹⁹

D'après notre expérience, les situations de maltraitance, d'automatismes d'oppression et d'inconduite sexuelle sont résolues plus efficacement lorsque la confidentialité est maintenue dans la mesure du possible. Nous souhaitons protéger autant que possible la vie privée des Co-écoutant.e.s concernés. Tout Co-écoutant.e impliqué.e dans ce processus de plainte ne doit pas partager d'informations avec des Co-écoutant.e.s qui ne sont pas impliqués dans ce processus, sauf s'il s'agit de personnes écoutées dans leurs séances de Co-écoute²⁰.

Pas de représailles

La Communauté de Co-écoute ne tolère pas les représailles à l'encontre d'un.e Co-écoutant.e qui a signalé un mauvais traitement ou une inconduite. Si un.e Co-écoutant.e pense qu'il/elle a été victime de représailles, il/elle doit immédiatement en informer la personne dirigeante à qui il/elle a signalé l'inconduite ou en informer directement le CEP. Cette personne dirigeante traitera la question en consultation avec le CEP.

Utilisation efficace de cette Règle

La Communauté de Co-écoute invite les Co-écoutant.e.s à faire part de leurs préoccupations au fur et à mesure qu'elles se présentent ou que le/la Co-écoutant.e est en mesure de les exprimer, afin que des mesures constructives puissent être prises.

On attend de tou-te-s les Co-écoutant.e.s qu'ils agissent de manière responsable et intègre lorsqu'ils font part de leurs préoccupations, y répondent et participent au processus de collecte d'informations.

La Communauté de Co-écoute informera les Co-écoutant.e.s, y compris les jeunes personnes, de l'existence de cette Règle et de son utilisation.

RAISON

Partie A. Cette Règle soutient le développement de relations aimantes, affectionnées, attentionnées, effectives et bienveillantes en opposition aux pressions et confusions des sociétés oppressives qui nous entourent.

Beaucoup de nos désaccords et difficultés relationnelles se résoudront grâce à une décharge continue et de nouvelles informations, et ne réclament pas de résolution immédiate. (Voir aussi la Note IV., Prendre une décision, à la page __).

En même temps, nous voulons mettre fin à la reproduction d'attitudes et de comportements oppressifs. Nous voulons que les erreurs, les mauvais traitements, les désaccords, les critiques et les contrariétés soient gérés de manière réfléchie et efficace, d'une manière qui soit réémergente pour toutes les personnes impliquées, qui améliore nos relations et qui soutienne le travail continu des Communautés.

À cause de nos blessures, nous ne nous rendons souvent pas compte que nous agissons de manière oppressive avant d'avoir considérablement déchargé. Lorsque notre comportement oppressif est porté à notre attention, nous pouvons être restimulés, être en désaccord, nier avoir agi de manière oppressive et/ou demander à la personne dans le rôle d'opprimé-e de décharger, comme si ses sentiments étaient le problème. Au lieu de cela, nous pouvons considérer ce que l'on nous dit comme une occasion d'écouter, d'apprendre et d'utiliser le processus de décharge avec les autres avant de répondre.

Nous savons que nombre de nos sentiments de contrariété sont basés sur la restimulation de détresses passées. Nous pouvons nous sentir critiques ou contrariés les un-e-s envers les autres, sans que cela soit fondé sur le présent.

La communication directe (sans rejouer la détresse) donne à chacun-e la possibilité :

- a. d'en apprendre directement sur la situation,
- b. de réfléchir au contenu du problème et à tous les mécontentements qui s'y rattachent,
- c. de remettre en question les anciens sentiments et automatismes d'oppression intériorisée et d'impuissance, liés au fait d'avoir été victime,
- d. décharger complètement tout dommage ou restimulation,
- e. identifier et décharger tout automatisme de détresse ou oppression dans la situation,
- f. se rappeler les qualités humaines de chaque personne,
- g. utiliser la décharge et la communication pour résoudre la situation et apporter les corrections nécessaires,
- h. renforcer nos relations, et
- i. faire appel à d'autres ressources de la Co-écoute si nécessaire.

Les erreurs, l'oppression, l'inconduite sexuelle, les désaccords, les critiques et les mécontentements peuvent avoir un impact négatif sur les Co-écoutant.e.s individuels, les relations de Co-écoute et les Communautés de Co-écoute. L'utilisation systématique de ce processus peut approfondir les relations et renforcer la Communauté.

Partie B. Nous sommes déterminés à traiter rapidement les problèmes d'inconduite sexuelle et à mettre fin à l'inconduite en cours. Nous voulons limiter le préjudice et la confusion qu'ils entraînent. Nous offrirons à celles et ceux qui ont été blessés la possibilité de se remettre du préjudice. Celles et ceux qui ont agi de manière blessante auront la possibilité d'assumer la responsabilité du préjudice créé et de s'attaquer aux causes sous-jacentes de leur comportement. Ce processus peut rendre possible un changement durable.

L'inconduite sexuelle est enracinée dans l'oppression et l'exploitation systémiques. Elle est omniprésente à tous les niveaux de nos sociétés et nuit considérablement à celles et ceux qui en sont la cible. Nous nous engageons²¹ à prévenir et à mettre fin à toute inconduite sexuelle au sein de la Communauté de Co-écoute et à nous attaquer à ses racines systémiques. Nous le faisons par le biais de notre travail sur le sexisme, la domination masculine et d'autres oppressions.

Notre travail pour mettre fin à la reproduction de tous les comportements causés par la détresse sexuelle comprend aussi l'écoute sur les détresses sexuelles, les maltraitances et l'exploitation sexuelles courantes dans notre société. Nous ne voulons pas que les détresses non évacuées liées au sexe aient un impact négatif sur les relations entre les Co-écoutant.e.s. Les personnes formatrices et les personnes de référence de la de Co-écoute peuvent aider les Co-écoutant.e.s qui font des séances sur les détresses sexuelles et lorsque ces détresses ont un impact sur la relation de Co-écoute.

Pour aller plus loin sur l'inconduite sexuelle et la Co-écoute, voir : [Sexual Misconduct Guideline Resource Document](https://www.rc.org/publication/guidelines/m5_resource_doc) (https://www.rc.org/publication/guidelines/m5_resource_doc).

²¹ Nous le faisons également de la manière suivante : en exigeant la certification des personnes formatrices de Co-écoute, en sélectionnant les apprenantes dans les classes, en précisant clairement que la relation de Co-écoute n'est pas une relation sociale, en "vérifiant" régulièrement dans les classes de Co-écoute que les séances entre les membres fonctionnent bien, et en développant des politiques de libération pour les femmes, les hommes et les personnes LGBTQ+, ainsi que pour de nombreux autres groupes.