Feuillet de renseignements – **L'inconduite sexuelle et les traumatismes sexuels liés au service militaire**

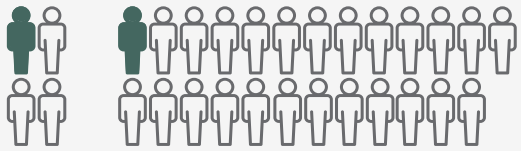
QU'EST-CE QUE L'INCONDUITE SEXUELLE EN CONTEXTE MILITAIRE?

Au Canada, l'inconduite sexuelle en contexte militaire se définit comme « un comportement à caractère sexuel qui peut causer ou cause du tort à autrui », et qui survient dans la sphère militaire. Pour obtenir de plus amples renseignements sur les comportements et les gestes visés par cette définition, consultez **le site Web du ministère de la Défense nationale**. L'inconduite sexuelle en contexte militaire peut survenir dans votre milieu de travail ou encore dans un contexte professionnel élargi où s'exercent des fonctions connexes au travail et d'autres activités reposant sur des liens professionnels. Elle peut se produire pendant que vous êtes de service ou non, que ce soit sur la base ou à l'extérieur, ou encore dans le cadre d'un déploiement ou non.

QU'EST-CE QU'UN TRAUMATISME SEXUEL LIÉ AU SERVICE MILITAIRE?

Il n'existe actuellement aucune définition « officielle » au Canada pour la notion de traumatisme sexuel lié au service militaire, mais certaines descriptions sont généralement reconnues et s'inspirent largement de la définition retenue aux États-Unis. Selon le département américain des Anciens combattants, les traumatismes sexuels liés au service militaire désignent « les agressions sexuelles ou les expériences récurrentes et menaçantes de harcèlement sexuel » [traduction] vécues en service militaire, y compris les activités de nature sexuelle auxquelles quiconque participe contre son gré. Les traumatismes sexuels liés au service militaire ne sont pas diagnostiquables, mais renvoient plutôt aux répercussions psychologiques, physiques et sociales, ou encore aux « blessures » que peuvent ressentir les personnes qui ont vécu ou qui ont été témoins d'une inconduite sexuelle en contexte militaire.

Depuis leur arrivée au sein des Forces armées canadiennes, environ :



1 femme sur 4 — **1 homme sur 25**

ont subi au moins une **agression sexuelle**.

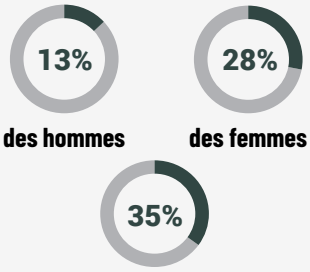
QUELLE EST L'INCIDENCE DE L'INCONDUITE SEXUELLE EN CONTEXTE MILITAIRE?

Des milliers de militaires des Forces armées canadiennes ont vécu ou ont été témoins d'inconduite sexuelle en contexte militaire à un moment ou un autre de leur carrière. Si vous faites partie des personnes touchées par une telle situation, sachez que vous n'êtes pas seul.

En 2016 et en 2018, les Forces armées canadiennes ont mandaté Statistique Canada pour réaliser le **Sondage sur l'inconduite sexuelles dans les Forces armées canadiennes**. Certaines des données suivantes proviennent de ce sondage, qui classe les inconduites sexuelles en trois catégories principales : les agressions sexuelles, les comportements sexualisés et les comportements discriminatoires.

N'importe qui peut être victime d'inconduite sexuelle en contexte militaire. Toutefois, vous pourriez être plus à risque si vous appartenez à certains groupes. Les jeunes femmes des minorités visibles sont particulièrement ciblées dans les cas d'agression sexuelle. Il existe un lien entre les comportements ciblés et les déséquilibres dans les rapports de force, qui peuvent être situationnels ou systémiques (en raison de pratiques ou de politiques sociales propices aux iniquités, aux barrières ou à la maltraitance envers certaines personnes), voire les deux. L'inconduite sexuelle en contexte militaire ne touche pas nécessairement toutes les personnes au sein de ces groupes. Malgré ces facteurs, il n'est aucunement sous-entendu que vous soyez responsable d'une manière ou d'une autre, en tant que personne, d'une inconduite sexuelle en contexte militaire : la responsabilité de tels gestes est toujours imputable aux agresseurs.

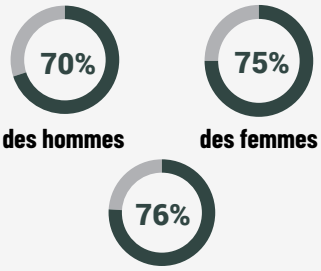
Sur une période de 12 mois, environ :



des hommes — **des femmes** — **des personnes de diverses identités de genre**

au sein de la Force régulière des Forces armées canadiennes ont subi des **comportements sexualisés ou discriminatoires ciblés.**

Sur une période de 12 mois, environ :



des hommes — **des femmes** — **des personnes de diverses identités de genre**

au sein de la Force régulière des Forces armées canadiennes ont **été victimes ou témoins de comportements sexualisés ou discriminatoires ciblés.**

SOUS-DÉCLARATION

Les connaissances dont nous disposons à propos de l'inconduite sexuelle et des traumatismes sexuels liés au service militaire proviennent essentiellement des cas déclarés. Or, de nombreuses personnes choisissent de ne pas signaler les cas d'inconduite sexuelle qui surviennent en contexte militaire, pour plusieurs raisons. Par conséquent, les « chiffres officiels » pourraient ne représenter que la pointe de l'iceberg : **plus de la moitié (57 %) des cas d'inconduite sexuelle ne sont pas signalés**.

COMMENT SE MANIFESTENT LES TRAUMATISMES SEXUELS LIÉS AU SERVICE MILITAIRE?

Il existe tout un éventail de réactions chez les personnes qui sont victimes d'inconduite sexuelle en contexte militaire. Il n'y a pas de « bonne réaction ». La vôtre pourrait être influencée par vos antécédents, par la situation actuelle et par vos traits identitaires. Certaines personnes réagissent peu et d'autres beaucoup. Parfois les réactions surviennent sur le champ; dans d'autres cas, elles évoluent au fil du temps. Vous pourriez également éprouver des symptômes s'apparentant à certains problèmes psychologiques ou psychiatriques diagnostiquables, comme le trouble de stress post-traumatique, les troubles anxieux et le trouble dépressif majeur, ou encore certains troubles physiques diagnostiqués.

Voici une liste des émotions, des réactions ou des comportements qui peuvent survenir chez les personnes souffrant de traumatismes sexuels liés au service militaire.

RÉACTIONS AFFECTIVES ET COGNITIVES

- anxiété et panique
- cauchemars
- manque de confiance en soi
- tristesse
- honte ou culpabilité
- colère
- sentiment de trahison
- méfiance
- impuissance
- désespoir
- indifférence affective
- déni
- difficultés de concentration
- distractions
- trouble de la mémoire
- perte de motivation
- angoisse

TROUBLES DE SANTÉ MENTALE ET TROUBLES LIÉS À LA CONSOMMATION DE SUBSTANCES PSYCHOACTIVES

- troubles anxieux (ex. : crise de panique)
- stress aigu ou troubles de stress post traumatique (TSPT)
- troubles de l'humeur (ex. : trouble dépressif majeur)
- automutilation
- comportements ou pensées suicidaires (idéation)
- consommation accrue d'alcool ou de drogues pour alléger les symptômes traumatiques (insomnie, évitement, variation de l'humeur, sentiment d'hypervigilance ou d'insécurité)
- troubles liés à l'usage de substances psychoactives

RÉACTIONS PHYSIOLOGIQUES

- maux de tête
- fatigue
- douleur chronique
- variation de la libido ou de la qualité des relations sexuelles
- douleurs lors de rapports sexuels
- troubles digestifs ou gastro-intestinaux
- troubles du sommeil
- problèmes de santé reproductive

RELATIONS ET RÉACTIONS SOCIALES

- agitation, colère ou changement de l'humeur affectant les relations avec la famille, les amis, les collègues ou d'autres personnes
- difficulté à faire confiance et à se sentir en sécurité auprès des autres
- difficultés ou changements dans les activités sociales
- isolement ou solitude
- perte de confiance envers les symboles d'autorité
- évitement ou dépendance accrue envers certaines personnes

ÉVITEMENT — VOUS CHERCHEZ PEUT-ÊTRE À ÉVITER...

- des endroits en particulier ou certaines personnes et situations qui vous rappellent des épisodes traumatisants
- vos amis, votre famille ou d'autres personnes de votre entourage
- d'aller travailler
- de prendre congé du travail

RÉPERCUSSIONS PROFESSIONNELLES — VOUS AVEZ PEUT-ÊTRE PEUR (OU AVEZ EU PEUR)...

- de devoir choisir entre votre carrière militaire ou continuer de côtoyer le ou les agresseurs
- d'être déchiré entre la loyauté envers vous-même, votre unité et le service militaire
- des répercussions négatives sur votre carrière et votre cheminement professionnel, y compris la possibilité d'être muté ou exclu des forces armées
- des représailles de vos pairs ou de vos supérieurs
- d'être perçu négativement, y compris de paraître « faible » ou de passer pour un « fauteur de troubles »
- d'éprouver des difficultés financières, notamment des pertes de revenus
- que votre démarche de dénonciation ne mène à rien

OÙ PUIS-JE OBTENIR DU SOUTIEN COMME VICTIME D'INCONDUITE SEXUELLE AU CANADA?

Centre de soutien et de ressources sur l'inconduite sexuelle
613-996-3900/1-844-750-1648

Les services de soutien sont disponibles pour les membres actuellement en service et anciens et anciennes des Forces armées canadiennes, le personnel de la fonction publique de la Défense nationale, les cadets, les Rangers juniors canadiens affectés par l'inconduite sexuelle et leur famille. Les services sont actuellement disponibles pour les personnes âgées de 16 ans et plus qui sont directement touchées par l'inconduite sexuelle ou qui soutiennent un proche qui est directement touché. En outre, des services sont proposés pour les dirigeants et la gestion qui recherchent des conseils et un soutien pour faire face à l'inconduite sexuelle et pour trouver les meilleurs moyens d'aider les personnes directement touchées. Ces services comprennent des conseils de soutien, des informations et des orientations vers des ressources et des services, la défense de vos intérêts pour vous aider à répondre à vos besoins, l'accompagnement à vos rendez-vous, réunions et procédures, l'aide à l'organisation du lieu de travail et d'autres formes d'assistance pratique.

Vous pouvez joindre le CSRIS 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7 par téléphone. Vous pouvez rester anonyme lorsque vous accédez aux services du CSRIS. Si vous souhaitez que les conseillers du CSRIS vous orientent vers un prestataire de soins de santé civil ou militaire, ils peuvent le faire sans transmettre les informations personnelles que vous avez partagées avec eux. Les informations que vous partagez avec eux ne sont pas accessibles à la chaîne de commandement des FAC ou à toute autre personne extérieure au CSRIS.

Initiative « It's Not Just 20K »

L'initiative « It's Not Just 20K » (INJ20K) est un organisme administré par des bénévoles, qui représente les intérêts des personnes victimes d'inconduite sexuelle et de traumatismes sexuels liés au service militaire dans les Forces armées canadiennes. L'initiative INJ20K propose une plateforme informelle de soutien par les pairs, une présence dans les médias sociaux, ainsi que des ressources d'information pour ses membres (militaires en service ou vétérans des Forces armées canadiennes) ayant vécu directement des comportements d'inconduite sexuelle et des traumatismes subséquents. Le soutien offert vise à épauler les personnes souffrant de traumatismes sexuels liés au service militaire dans leur cheminement vers la guérison.

Programme d'aide aux membres des Forces canadiennes
1-800-268-7708

Le programme d'aide est destiné aux militaires des Forces canadiennes et à leur famille. Les services confidentiels de relation d'aide à court terme, sur une base volontaire, sont accessibles au téléphone à toute heure du jour ou de la nuit. Les conseillers et conseillères sont également en mesure de vous mettre en relation avec un thérapeute à plus long terme.

Service d'aide d'Anciens Combattants Canada
1-800-268-7708

Le Service d'aide d'aide d'Anciens Combattants Canada (ACC) s'adresse aux vétérans des Forces armées canadiennes, aux anciens membres de la Gendarmerie royale du Canada (GRC) ainsi qu'à leur famille et aux aidants. Les services sont accessibles au téléphone à toute heure du jour ou de la nuit. Vous obtiendrez des services gratuits, immédiats et confidentiels de counseling en santé mentale. Les conseillers et conseillères sont également en mesure de vous mettre en relation avec un thérapeute à plus long terme.

Outil de recherche de ressources de soutien sur l'inconduite sexuelle

L'outil de recherche de ressources de soutien sur l'inconduite sexuelle vous propose une liste de ressources d'assistance à votre portée. Les ressources civiles et les ressources réservées aux Forces armées canadiennes y sont répertoriées séparément. L'outil propose un éventail de ressources, notamment les lignes d'écoute téléphonique accessibles en tout temps, les hôpitaux, les centres d'aide aux victimes d'agression sexuelle, les refuges, la police locale, les lignes d'infosanté, les Centres de ressources pour les familles des militaires, les services de santé, les services d'aumônerie, les services de la police militaire, ainsi que le programme HORSCAN. La recherche peut s'effectuer en fonction de votre situation géographique.

PRESTATIONS

Si vous éprouvez des problèmes découlant d'un traumatisme sexuel lié au service militaire (ex. : troubles de stress post-traumatique, dépression, anxiété, etc.), vous pouvez faire une demande de prestations d'invalidité auprès d'Anciens Combattants Canada. Vous pourriez être admissible actuellement même si on vous a déjà refusé des prestations antérieurement. Renseignez-vous sur le processus de réexamen ou de révision d'une décision antérieure.

RÉFÉRENCES

Alberta Health Services. (2021). *Military sexual trauma*.
myhealth.alberta.ca/Health/pages/conditions.aspx?hwid=ug4317spec

Bryant-Davis, T., Chung, H., et Tillman, S. (2009). From the margins to the center: Ethnic minority women and the mental health effects of sexual assault. *Trauma, Violence, & Abuse. 10*(4), 330-357.

Cichowski, S. B., Rogers, R. G., Clark, E. A., Murata, E., Murata, A., et Murata, G. (2017). Military sexual trauma in female veterans is associated with chronic pain conditions. *Military Medicine, 182*(9).

Cotter, A., Les inconduites sexuelles dans les Forces armées canadiennes, 2016 (2016).

Cotter, A., Les inconduites sexuelles dans la Force régulière des Forces armées canadiennes, 2018 (2019).

DAV — Disabled American Veterans. (2021). Military sexual trauma — MST.
dav.org/veterans/ resources/military-sexual-trauma-mst

Deschamps, M. (2015) Examen externe sur l'inconduite sexuelle et le harcèlement sexuel dans les Forces armées canadiennes. (2015).
canada.ca/fr/ministere-defense-nationale/organisation/rapports-publications/inconduite-sexuelle/examen-externe-sexuelle-hd-2015.html

Hajizadeh, M., Aiken, A., et Cox, C. (2019). Risk factors associated with sexual misconduct in the Canadian Armed Forces: Does it vary by sex and environmental command? *Archives of Sexual Behavior, 48*(8), 2581–2594. Make the Connection. (s.d.). Effects of military sexual trauma.
maketheconnection.net/conditions/military-sexual-trauma

Ministère de la Défense nationale. (2019). Utilisation de la terminologie.
canada.ca/fr/ministere-defense-nationale/services/avantages-militaires/conflits-inconduite/inconduite-sexuelle/ordonnances-politiques-directives/manuel-operation-honour/utilisation-de-la-terminologie.html

Murray, S., et Powell, A. (2008). Sexual assault and adults with a disability: Enabling recognition, disclosure and a just response. *ACSSA Issues, 9*.
aifs.gov.au/sites/default/files/publication-documents/acssa_issues9_0.pdf

Orchowski, L.M., & Gidycz, C.A. (2018). *Sexual assault risk reduction and resistance: Theory, research and practice*. Academic Press.

Tillman S., Bryant-Davis, T., Smith K., et Marks, A. (2010). Shattering silence: Exploring barriers to disclosure for African American sexual assault survivors. *Trauma, Violence, & Abuse , 11*(2), 59–70. U.S. Department of Veterans Affairs. (2020). Military sexual trauma.
mentalhealth.va.gov/docs/mst_general_factsheet.pdf

U.S. Department of Veterans Affairs. (2020). You're not alone in recovering from military sexual trauma.
mentalhealth.va.gov/docs/mst/MST_General_Brochure_2016_English_508.pdf

Watkins, K., Bennett, R., Zamorski, M. A., et Richer, I. (2017). Military-related sexual assault in Canada: A cross-sectional survey. *CMAJ Open, 5*(2).

Cette ressource est offerte par la Communauté de pratique canadienne sur les traumatismes sexuels liés au service militaire, qui réunit des recherches, des représentants de ministères et d'organismes intermédiaires, ainsi que les membres d'un groupe de soutien formé de pairs et d'intervenants en lien avec les traumatismes sexuels liés au service militaire. Les principaux contributeurs suivants ont participé à la concrétisation de cette ressource : l'Institut Atlas pour les vétérans et leur famille, l'Université McMaster, Anciens Combattants Canada, et l'initiative l'initiative « It's Not Just 20K » (INJ20K). Nous tenons à souligner la contribution de Tara Leach (du Centre de santé mentale Royal Ottawa) pour la production de cette publication.

L'Institut Atlas ne dispense pas de traitements ni de services de counseling en santé mentale. Si vous-même ou quelqu'un de votre entourage vivez une situation de crise, composez le 911 ou adressez-vous à l'une des ressources énumérées.

CdP TSSM
COMMUNAUTÉ DE PRATIQUE CANADIENNE SUR LES TRAUMATISMES SEXUELS LIÉS AU SERVICE MILITAIRE

INSTITUT ATLAS POUR LES VÉTÉRANS ET LEUR FAMILLE

McMaster University
DEPARTMENT OF PSYCHIATRY AND BEHAVIOURAL NEUROSCIENCES

INJ700 MST SUPPORT

Veterans Affairs Canada
Anciens Combattants Canada