

# 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 (ministère de la Défense nationale, 2019). 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 (ministère de la Défense nationale, 2019).

## 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 (Département américain des Anciens combattants, 2020a). 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 victimes ou témoins d'inconduite sexuelle en contexte militaire.



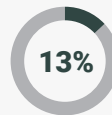
## QUELLE EST L'INCIDENCE DE L'INCONDUITE SEXUELLE EN CONTEXTE MILITAIRE?

Des milliers de militaires des Forces armées canadiennes sont victimes ou témoins d'inconduite sexuelle en contexte militaire à un moment ou un autre de leur carrière (Cotter, 2016). Si vous faites partie des personnes touchées par une telle situation, sachez que vous n'êtes pas seul.

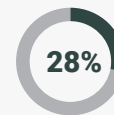
En 2016 et en 2018, les Forces armées canadiennes ont mandaté Statistique Canada pour réaliser le Sondage sur l'inconduite sexuelle dans les Forces armées canadiennes, duquel sont tirées certaines des données ci-dessous. Ce sondage s'articulait autour de trois grands axes : les agressions sexuelles, les comportements sexualisés et les comportements discriminatoires (Cotter, 2019).

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 (Watkins et autres, 2017; Hajizadeh et autres, 2019). Les jeunes femmes des minorités visibles sont particulièrement ciblées dans les cas d'agression sexuelle (Cotter, 2016; Cotter, 2019). Il existe un lien entre les comportements ciblés et les déséquilibres dans les rapports de force,

Sur une période de 12 mois, environ :



des hommes



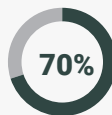
des femmes



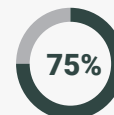
des personnes de  
diverses identités  
de genre

au sein de la Force régulière des Forces armées canadiennes ont subi des **comportements sexualisés ou discriminatoires ciblés** (Cotter, 2019).

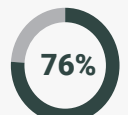
Sur une période de 12 mois, environ :



des  
hommes;



des femmes;



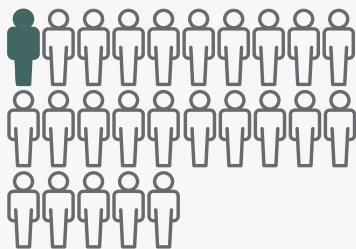
des personnes de  
diverses identités  
de genre

au sein de la Force régulière des Forces armées canadiennes **ont été victimes ou témoins de comportements sexualisés ou discriminatoires ciblés** (Cotter, 2019).

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** (Cotter, 2016).

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.



### 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 (Deschamps, 2015; Bryant-Davis et autres, 2009; Orchowski et autres, 2018; Tillman et autres, 2010; Murray, 2008). 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 (Cotter, 2019).

## 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 la dépression caractérisée, 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. : dépression caractérisée)
- 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.

(Deschamps, 2015; Alberta Health Services, 2021; Watkins et autres, 2017; Département américain des Anciens combattants, 2020a; Département américain des Anciens combattants, 2020b; DAV, 2021; Make the Connection, s.d.; Cichowski et autres, 2017)

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

## **Centre d'intervention sur l'inconduite sexuelle – 613-996-3900/1-844-750-1648**

Si vous êtes un militaire en service des Forces armées canadiennes et que vous avez subi une inconduite sexuelle, le Centre d'intervention sur l'inconduite sexuelle est en mesure de vous offrir des services de soutien confidentiels et de venir en aide aux personnes qui vous accompagnent. Le Centre offre un éventail de services : counseling de soutien, renseignements et aiguillage vers d'autres ressources ou services, représentation pour mieux répondre à vos besoins, accompagnement à vos rendez-vous, à vos rencontres ou à vos audiences, assistance pour les modalités en milieu de travail et d'autres formes d'aide concrète.

Vous pouvez appeler au Centre d'intervention sur l'inconduite sexuelle à toute heure du jour ou de la nuit. L'accès aux services peut être offert anonymement. Si vous le souhaitez, les conseillers ou conseillères peuvent vous orienter vers un fournisseur de services de santé civil ou militaire sans communiquer les renseignements personnels que vous aurez donnés. Seuls les travailleurs du Centre auront accès aux renseignements que vous fournirez, lesquels ne seront aucunement divulgués à quiconque au sein de la chaîne de commandement des Forces armées canadiennes ni à d'autres personnes.

## **Initiative « It's Not Just 20K » (INJ20K)**

L'initiative 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 (ACC) – 1-800-268-7708**

Le Service d'aide d'ACC s'adresse aux vétérans des Forces armées canadiennes, aux anciens membres de la 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.

## RÉMUNÉRATION ET AVANTAGES SOCIAUX



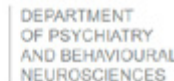
- Si vous avez été victime d'agression, de harcèlement ou de discrimination de nature sexuelle pendant que vous étiez en service militaire, vous pourriez être admissible à des indemnités en vertu du [Règlement du recours collectif FAC-MDN pour inconduite sexuelle](#).
- Si vous éprouvez des problèmes 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.

## BIBLIOGRAPHIE

- ALBERTA HEALTH SERVICES (2021). Military Sexual Trauma. <https://myhealth.alberta.ca/Health/pages/conditions.aspx?hwid=ug4317spec&lang=en-ca#ug4317spec-Bib>
- BRYANT-DAVIS T., CHUNG H. et TILLMAN S. « From the margins to the center: Ethnic minority women and the mental health effects of sexual assault » dans *Trauma, Violence, & Abuse*, vol. 10, no 4, oct. 2009, p. 330-357.
- CICHOWSKI, S. B., et autres. « Military Sexual Trauma in Female Veterans is Associated With Chronic Pain Conditions » dans *Military medicine*, vol. 182, no 9, 2017, p. e 1895-e1899. <https://doi.org/10.7205/MILMED-D-16-00393>
- COTTER, A. (2016). Les inconduites sexuelles dans les Forces armées canadiennes, 2016.
- COTTER, A. (2019). Les inconduites sexuelles dans la Force régulière des Forces armées canadiennes, 2018.
- DAV – DISABLED AMERICAN VETERANS (2021). Military Sexual Trauma – MST. <https://www.dav.org/veterans/resources/military-sexual-trauma-mst>
- DÉPARTEMENT AMÉRICAIN DES ANCIENS COMBATTANTS (2020a). Military Sexual Trauma. [https://www.mentalhealth.va.gov/docs/mst\\_general\\_factsheet.pdf](https://www.mentalhealth.va.gov/docs/mst_general_factsheet.pdf)
- DÉPARTEMENT AMÉRICAIN DES ANCIENS COMBATTANTS (2020b). You're Not Alone in Recovering from Military Sexual Trauma. [https://www.mentalhealth.va.gov/docs/mst/MST\\_General\\_Brochure\\_2016\\_English\\_508.pdf](https://www.mentalhealth.va.gov/docs/mst/MST_General_Brochure_2016_English_508.pdf)
- DESCHAMPS, M. (2015). External Review into Sexual Misconduct and Sexual Harassment in the Canadian Armed Forces.
- HAJIZADEH, M., AIKEN, A. et COX, C. « Risk Factors Associated with Sexual Misconduct in the Canadian Armed Forces: Does It Vary by Sex and Environmental Command? » dans *Archives of Sexual Behavior*, vol. 48, no 8, 2019, p. 2581-2594. <https://doi.org/10.1007/s10508-019-01507-x>
- MAKE THE CONNECTION (s.d.). Effects of Military Sexual Trauma. <https://www.maketheconnection.net/conditions/military-sexual-trauma>
- MINISTÈRE DE LA DÉFENSE NATIONALE (2019). Utilisation de la terminologie. <https://www.canada.ca/fr/ministere-defense-nationale/services/avantages-militaires/conflits-inconduite/operation-honour/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.
- ORCHOWSKI L. M. et GIDYCZ C. A. (2018). Sexual assault risk reduction and resistance. Theory, research and practice.
- TILLMAN S., et autres. « Shattering silence: Exploring barriers to disclosure for African American sexual assault survivors » dans *Trauma, Violence, & Abuse*, vol. 11, no 2, avril 2010, p. 59-70.
- WATKINS, K., et autres. « Military-related sexual assault in Canada: a cross-sectional survey » dans *CMAJ open*, vol. 5, no 2, 2017, p. E496-E507. <https://doi.org/10.9778/cmajo.20160140>

**Cette ressource est offerte par la Communauté de pratique canadienne sur les traumatismes sexuels liés au service militaire, qui réunit des scientifiques, 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 : le Centre d'excellence sur le trouble de stress post traumatique (TSPT), l'Université McMaster, Anciens Combattants Canada, et l'initiative « It's Not Just 700 » (INJ700) [anciennement « It's Just 700 », IJ700]. Nous tenons à souligner la contribution de Tara Leach (du Royal Ottawa) pour la production de cette publication.**

**Le Centre d'excellence sur le trouble de stress post-traumatique 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 ci-dessus.**



Veterans Affairs  
Canada

Anciens Combattants  
Canada